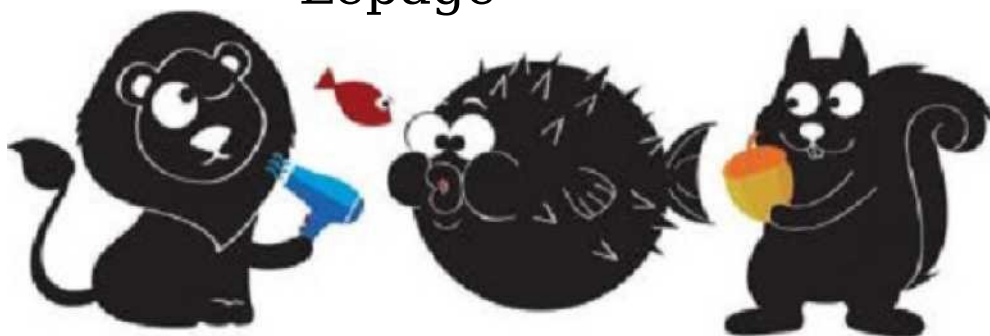


NICULESCU

Caroline
Lepage



ACȚIONEAZĂ ȘI GÂNDEȘTE CA ANIMALELE

Albine, buburuze, castori,

delfini,
lei, pești, suricate, veverițe...
avem atâtea lucruri de
învățat de la ele
>

în aceeași colecție:

> J

- ◆ *Acționează și gândește ca o pisică. Liber, calm, demn, atent, încrezător, elegant, independent*
- ◆ *Acționează și gândește ca James Bond. Seducător, calm, charismatic, cinic, loial, abil, detașat, curajos*
- ◆ *Acționează și gândește ca Micul Prinț. Liber, visător, curios, altruist, fermecător, onest, blând, ingenuu*
- ◆ *Acționează și gândește ca Darth Vader. Misterios, manipulator, perseverent, puternic și un bun strateg...*
- ◆ *Acționează și gândește precum Coco Chanel. Șic, avangardistă, inovatoare, feministă, curajoasă, strălucitoare...*
- ◆ *Acționează și gândește ca Freud. Ascultă-ți visele, detașează-te, iartă cuvintele care te rănesc*
- ◆ *Acționează și gândește ca Harry Potter. Loial, curajos, lider, inteligent, studios, profund...*
- ◆ *Acționează și gândește ca Roger Federer. Elegant, calm, concentrat, organizat, echilibrat, riguros, simpatic*
- ◆ *Acționează și gândește ca Regina Elisabeta a II-a. Legendară, tenace, curajoasă, corectă, originală, discretă...*
- ◆ *Acționează și gândește ca un maestru Zen. Trăiește în prezent, cultivă simplitatea, practică bunăvoință*
- ◆ *Acționează și gândește ca o pisică, CAIET DE EXERCIȚII. Liber, calm, curios, atent, observator, încrezător, tenace, prudent, elegant...*
- ◆ *Acționează și gândește ca un copac. Răbdător, rezilient, binevoitor, simplu, solidar, carismatic*
- ◆ *Acționează și gândește ca Batman. Drept, zen, moral, filozof, discret...*
- ◆ *Acționează și gândește ca Platon. Înțelept, gânditor, filozof, drept, curajos*
- ◆ *Acționează și gândește ca o pisică - VOLUMUL 2. Liber, calm, curios, contemplativ, încrezător, tenace, generos, sociabil...*

◆ *Acționează și gândește ca Isus. încrezător, autentic, etern,
filozof, mistic, binevoitor...*

Caroline Lepage

Acționează si gândește ca **ANIMALELE**

Albine, buburuze, castori, delfini,
lei, pești, suricate, veverițe...
avem atâtea lucruri de învățat de la ele

Traducere: Diana Alina Ene



CUPRINS

Ța

PREFAȚĂ.....	9
---------------------	----------

ALIMENTAȚIE SI GASTRONOMIE.....	21
--	-----------

Gurmanzi ca albinele.....	22
---------------------------	----

Frugivori ca liliecii.....	27
----------------------------	----

Emetofobi asemenea cailor.....	31
--------------------------------	----

Rezistenți la frig ca balenele și belugile.....	39
---	----

Ce trebuie să reținem

<i>de la prietenele noastre, animalele.....</i>	<i>46</i>
---	-----------

ORIENTARE SI MOTIVAȚIE.....	47
------------------------------------	-----------

Vizibili în decor precum vacile.....	48
--------------------------------------	----

<i>Nec plus ultra</i> ca elefanții.....	52
---	----

Acrobați precum caprele.....	58
------------------------------	----

La scoală ca suricatele.....	64
------------------------------	----

Urmărind întotdeauna un obiectiv

la fel ca păianjenii.....	68
---------------------------	----

Grădinari ca șoarecii.....	72
----------------------------	----

Dulgheri precum castorii.....	76
-------------------------------	----

Ce trebuie să reținem

<i>de la prietenele noastre, animalele.....</i>	<i>80</i>
---	-----------

REACTIVI LA UNDELE LUMINOASE,	
--------------------------------------	--

SONORE SI ELECTROMAGNETICE.....	81
--	-----------

Umflați ca peștii-balon.....	82
------------------------------	----

Fluorescenți noaptea ca meduzele și coralii.....	84
Electrosensibili ca ornitorincii.....	90
Muzicieni asemenea canarilor.....	95
Cu ochii protejați de soare ca girafele.....	100

Ce trebuie să reținem

<i>de la prietenele noastre, animalele.....</i>	<i>105</i>
---	------------

CALITATEA VIEȚII SI ECOLOGIE.....107

La modă, în roșu și negru, ca buburuzele.....	108
Leneși vara ca pisicile.....	113
Credincioși asemenea câinilor.....	117
Economi cu resursele asemenea cămilelor.....	121
Purtând o coamă ca leii.....	128
Egoiști ca furnicile.....	135
Revigorați de soare ca lemurii cu coada inelată	138

Ce trebuie să reținem

<i>de la prietenele noastre, animalele.....</i>	<i>142</i>
---	------------

SĂNĂTATE SI CONTACT.....143

În comuniune cu arborii ca ursii.....	144
Savanți ca porcii.....	148
Imuni la cancer asemenea rechinilor.....	152
Eleganți ca vulpile.....	156
Atemporali sau rezistând trecerii timpului ca tardigradele.....	158

Ce trebuie să reținem

<i>de la prietenele noastre, animalele.....</i>	<i>162</i>
---	------------

ACTIVITĂȚI FIZICE SI SPORT.....	163
La înălțimea potrivită ca veverițele.....	164
Mai mult în picioare, asemenea căluților-de-mare, decât așezați.....	167
Cu mușchii spatelui dezvoltăți asemenea crocodililor.....	177
Buni scufundători ca delfinii.....	183
Cu spirit de echipă precum graurii.....	192
Cu reacții-fulger precum gheparzii.....	195
Călători ca rândunicile.....	198
Rapizi ca iepurii-de-câmp.....	201
<i>Ce trebuie să reținem</i> <i>de la prietenele noastre, animalele.....</i>	204
 MULȚUMIRI.....	 205

PREFAȚA

La ce ne referim atunci când vorbim despre natura umană? Când auzim cuvântul „natură”, ne gândim probabil la cer, flori, râuri, pești, păsări, miei, munți, vaci, cai, lupi, urși sau, mai simplu, la câini și pisici?

Se naște următoarea întrebare: oare noi, oamenii, suntem niște animale mai evolute decât altele? Ori ne găsim în vârful unei piramide ce cuprinde toate animalele, vertebrate ori nevertebrate, domestice și sălbatice?

De foarte tineri avem o idee generală despre legătura noastră de rudenie cu maimuțele, ori despre asemănarea genetică tulburătoare și incredibilă cu cimpanzeii..., ca să nu mai vorbim despre aceeași similitudine dintre oameni și porci... Mă rog!

Totuși, noi suntem bipezi, stăm în picioare mai mult decât culcați, lungiți pe burtă, pe o parte sau pe spate: în fine, depinde și dacă sunteți genul foarte somnoros sau nu. În definitiv, o zi are 24 de ore și unii oameni moderni – ori femeile foarte active – petrec de fapt mai mult timp în pat, la volanul

mașinii, apoi din nou stând pe un scaun incomod, la birou, decât mergând pe jos spre serviciu... Aici sau în altă parte, nici nu mai contează, strămoșii noștri îndepărtați, îmbrăcați în piei de animale, nu știau ce înseamnă programul de birou. Vedeau doar că se face zi sau noapte și că trebuie să mănânce – culegând, adunând sau vânând –, imediat ce li se facea foame și stomacul începea să-i doară când nu mai aveau nimic de digerat...

Statul jos îi condamnă oare pe cei mai leneși ori îi elimina din oficiu dintr-un grup? Mersul era bun pentru fiecare, pentru sine, ca să poată supraviețui, mânca, aduna semințe comestibile – ceea ce presupunea să aibă suficiente cunoștințe ca să le identifice –, culege fructe sau vâna și ca să fie iuți de picior în acea epocă a mamuților și a altor rinoceri lănoși impozanți din imensa familie a mamiferelor.

Fuga, cu condiția să aveți destulă energie, este uneori o chestiune de supraviețuire. Dacă marile mamifere ce trăiesc azi ar putea vorbi, ar avea cu siguranță ce povesti despre presiunile exercitate de oameni asupra speciilor ori asupra ecosistemelor puse în pericol... Nu le putem lua interviuri kangurilor, râșilor, câinilor, pisicilor sau vacilor, de la care să aflăm despre suferințele lor, nici reptilelor – crocodili, șerpi, varani ori șopârle!

Și totuși, asta nu înseamnă că nu trebuie să ne punem întrebări în legătură cu locul nostru în sânul marii familii a mamiferelor cu sânge cald, în legătură cu punctele noastre comune, cu evoluția sau cu diferențele față de cealaltă tabără, a reptilelor cu

sânge rece. Mai ales în această perioadă cu o multitudine de schimbări climatice, când planeta se încălzește într-un ritm alarmant!

Oare cum am putea evolua? Există riscul să dispărem și noi, să murim de cald? Acestea sunt niște întrebări necesare, deși incomode, dacă ne gândim la începuturile vieții, dominate, cu multă vreme în urmă, de alte mari vertebrate: dinozaurii. Și fără asteroidul (care a ucis dinozaurii) căzut în Peninsula Yucatan din Mexic, în urmă cu 66 de milioane de ani, și consecințele lui catastrofale la nivel planetar - „curățenia generală” din casa dinozaurilor -, micile mamifere nu ar fi avut probabil nici loc, nici rezistență fizică și nici inteligența de a lua în stăpânire lumea.

Devastată și plină de cadavrele dinozaurilor: așa au găsit lumea supraviețuitorii acestei catastrofe, atunci când au putut ieși la lumină. Iar mamiferele au preluat conducerea. Da, doar că amintirea celor „dispăruți”, mai degrabă gigantici și greoi decât scunzi și supli - dar la fel de inteligenți? - a rămas în... păsările și reptilele de astăzi. Altfel spus, ele sunt niște relicve ale rezistenței animale în fața supercataclismu- lui venit din spațiu, cu toată trena lui de prejudecii climatice, vulcanice și oceanice, din care ar trebui probabil să ne inspirăm de urgență, pentru a schimba lucrurile și a da o șansă reală speciei noastre, de a trăi în armonie cu celelalte pe o planetă clar supraîncălzită de cei 7,55 miliarde de oameni în 2017³ (în comparație cu 1,76 miliarde de

3 La sfârșitul anului 2022, populația lumii a depășit 8 miliarde

persoane în 1900 și 2,52 miliarde în 1950!), dar totuși binevoitoare și gata să se răcească la loc, astfel încât să ne calmeze și să ne ferească să trăim infernul sau vreun alt război mondial. Două conflagrații au fost de ajuns... Probabil că celor 2,52 miliarde de oameni le era mai bine în 1950: aerul era poate mai respirabil și viața mai ușoară pentru oameni și animale decât astăzi, când populația lumii s-a triplat în doar șapte decenii? Oare planeta va suporta cele 9 miliarde de indivizi preconizați pentru 2050? Iar noi, noi o vom putea suporta pe ea, nu numai din punctul de vedere al temperaturii și al dispariției speciilor de animale și de plante, ci și în ceea ce privește diviziunea bogățiilor, a muncii, a internetului etc.? Pe scurt, nu intrați în panică: a preveni înseamnă a vindeca.

Dar să revenim la reptile. În realitate, acestea sunt foarte diferite de noi – mamiferele cu păr –, dacă e să luăm drept exemplu șopârlele cu pielea groasă, mai strălucitoare în lipsa pilozității și cu deplasarea mai sinusoidală și mai aproape de pământ... Oare ar fi chiar așa de greu pentru ființele umane ce apreciază grația (mai degrabă decât grăsimea) să recunoască, în sfârșit, în public, că reptilele sunt frumoase la privit, cu mersul lor fluid, armonios, cu mișcări elegante? Din fericire, mamiferele nu se supără ca prostul pe sat când le spui că mai au pași importanți de făcut, nu o fac la fel ca cei din administrație ori ca francezii, fiți

de locuitori, potrivit estimării oficiale făcute de Organizația Națiunilor Unite, (*n. red.*)

siguri... în așa măsură încât, pe vasta scară a timpului pe care noi o numim evoluție a ființelor vii, complexe – ce se măsoară în sute de milioane de ani –, de-abia am îndrăznit să pomenim o oarecare relație, chiar îndepărtată, între noi și dinozauri! De dragoni nici nu mai vorbim! Poate doar cu excepția magnificului dragon-de-mare de tip frunză din Australia, numit și hipocampul (căluțul-de-mare) frunză? Dar este un pește (și că tot veni vorba, știm mai nou să facem din pielea peștilor și obiecte de marochinărie modernă și ecologică), un foarte frumos specimen cu înotătoarele asemenea dantelei: e din aceeași familie cu caii-de-mare pestriți și cu cei cu botul scurt, două specii care trăiesc în Marea Mediterană. Hipocamp, același nume, iată, cu acea regiune profundă [hipo- camp(us)ul] din creierul mamiferelor – ca voi și ca mine –, răspunzătoare cu memoria, precum și cu orientarea și navigarea în spațiu...

Pe scurt, noi, mamiferele de aproximativ 1,60 m până la 1,90 m la vârsta adultă, avem cel puțin un punct comun cu acest mic cal-de-mare (ce măsoară de la 2 cm, în cazul speciilor de dimensiuni reduse, până la 45 cm, în cazul hipocamp ului-frunză): hipocampu(su)!, un nume, e deja ceva. Dar cu uriașul *Tyrannosaurus rex* – lung de 13 m și înalt de 4 m – încă mai căutăm... Al naibii dinozaur! Totuși, acest alergător în două picioare avea și două brațe mici, dar puternice! A dispărut, se pare, în urmă cu 66 de milioane de ani, în urma căderii pe Pământ a unui

asteroid, care a provocat tsunamiuri mortale, erupții vulcanice, apoi o lungă noapte plină de cenușă și cu ceață, care nu le-a lăsat nicio șansă de supraviețuire dinozaurilor cu sânge rece, în timp ce rarele mamifere primitive cu sânge cald au reușit să se refugieze în mici ascunzători aflate sub pământ, pentru ca apoi să dea naștere diferitelor linii de „animale”, asemenea celei umane...

Am zice că este o tâmpenie chestia asta cu temperatura corpurilor și cu noțiunile acelea bulversante precum dimensiunea refugiilor, care pe unii i-au defavorizat și pe alții nu, sunteți de acord?

>

Așadar, datorită acelor „deștepți” suntem aici și astăzi voi și cu mine, stăpânii lumii, în vârful unei piramide animale imaginare, niște bipezi superintelenți, care teoretic merg în două picioare. Mă rog, eu nu chiar în picioare, din cauza ocupației mele de scriitoare, stând așezată, ca o „leneșă activă și modernă”, într-un fotoliu din piele de ceva și apăsând întruna pe tastele computerului. Mâna dreaptă de pe mouse îmi tremură uneori, când îi lipsește pixul, dar șșșt, eu nu sunt Jean d’Ormesson, scriitorul cu pix sau creion, în funcție de disponibilități și de idei... Nu sunt nici gorila cu membre musculoase ieșită din junglă, cu câteva firisoare de iarbă tinute delicat în mână, care oricum nu o să citească această carte, prea multă ceață..., și cu atât mai puțin acel ti-ranozaur – T-rex pentru prieteni –, cu coapsele acoperite de mușchi, capabil să-și folosească brațele pentru a-și păstra echilibrul

sau *mânu militari*⁴, cu lovituri de gheare, pentru a-și prinde porția de proteine (o bucată de carne din prada vie sau moartă), respectiv pentru a se agăța ferm de perechea sa în timpul actului sexual. Da, în cretacic raportul este încă unul foarte fizic, ca în secolul XXI să devină un sport în spatele ușilor închise pentru oamenii de lume... O iubire ciudată, asemenea celei a lui King Kong luând în palmă o blondă în New York ori ca cea a blondului din serialul american de televiziune *Manimal*, transformându-se când în om, când în animal, în funcție de circumstanțe și de gradul de urgență, și căruia îi venea greu, evident, să se îndrăgostească, date fiind împrejurările. Om ori animal, cu mâini sau brațe pentru a prinde, a vâna sau „a iubi”, cu membre anterioare mai agile decât cele posterioare pentru a alerga mai ușor după cineva sau pentru a fugi când este urmărit de altcineva, fără să ajungă să fie prins, speră să-și salveze pielea sau nu: în lumea sălbatică trebuie să faci alegeri rapid!

Toate aceste întrebări nu ni le punem în viața reală noi, cei care locuim în cartiere ori în orașe, din care sunetele scoase de animale au dispărut de mult timp. Și totuși, oamenii dau și ei din coate în fiecare dimineață, într-o junglă de beton, ca să ajungă la serviciu și să-și câștige existența. Prin urmare, pentru banii de la fiecare sfârșit de lună și care sunt într-o cantitate variabilă, în funcție de sex – în 2019, spre exemplu, bărbații continuau să câștige mai mult decât femeile la locul de muncă –, oameni „mugesc”

4 „Pentru folosirea forței”, în latină, în original, (n. *tradd*)

și „rag” în mijloacele de transport în comun sau pe șoselele aglomerate, în mașinile lor, domni și doamne ce se grăbesc să ajungă la computerele personale (și ei...), ca apoi să se întoarcă repede acasă, după cinci, opt, zece sau douăsprezece ore, în funcție de mijlocul de transport cu care se deplasează și de dorința de a-și revedea iubitul/iubita, copiii și de a accesa internetul, din nou... Mai sunt și cumpărăturile, bineînțeles, în plus, trebuie să facă și de mâncare pentru toată lumea. Iar la animale, la plante, la natură în general oamenii nu mai au timp să se gândească! Este stupid, dar în cazul nostru totul este despre lovele și clickuri. Și apoi animalele nu aduc niciun venit, în timp ce locul de muncă, activitățile informatice sau computerele, tranzacțiile bancare, educația sau cursurile pe care le urmăm, treburile casnice: cu toții ne cufundăm în ele și apoi, foarte repede, ajungem să ne înecăm.

Suntem scufundați cu totul. Și brusc ne oprim pentru două minute din învârtitul în cerc din cauza afirmațiilor fă

>

cute la TV într-un „biet” reportaj, filmat de un liber-profesionist plătit probabil prost, care are o cameră de mână. Nu există niciun decor în plus în acele câteva minute de imagini difuzate, ci doar un visător necunoscut cu șapcă, nu neapărat un parizian, ori o ecologistă vegană cu eșarfă ce declară că nu mai vrea să mănânce carne și căreia i se pare că și scutecele pentru bebeluși sunt prea poluante: nu rahatul gros și lipicios din ele, ci pampersii

contaminați cu hidrocarburi, pesticide, perturbatori endocrini și alte tâmpenii de parfumuri care, degradându-se, eliberează molecule periculoase, responsabile de iritații și de alergii la fund, poate chiar de amețeli, vomă și, mai rău, chiar în timpul somnului celui mic...

Doar că în realitate, dacă ne referim la problema cărnii, mai mult sau mai puțin în sânge, ce revine din ce în ce mai des pe tapet – și nu numai în weekend, în gura ecologiștilor militanți pentru zilele de luni anticarnivore –, trebuie să recunoaștem că un sendviș *jambon (rose)-beurre*⁵ e bun din când în când, la fel un hamburger mare, plin de calorii, cu o coca-cola și niște cartofi prăjiți hăpăiți prea repede, decât o pulpiță de pui aurită, pusă artistic în farfurie, împreună cu patru păstăi de fasole verde, o roșie tăiată în două, un pumn de orez și un pahar de vin roșu ieftin... Dovada: T-rex mânca și el carne, dar crudă! Și acesta nu trăia în epoca în care natura își petrecea timpul scuipând macrodeșeuri și microparticule de origine industrială: ca să clarificăm legătura cu obezitatea artificială a oamenilor care încă își caută o inteligență demnă de acest nume (pentru că nu avem idee nici ce poate arunca în atmosferă un vulcan furios, de data asta în mod natural...). Cât despre bebeluș, poate că, dacă nu ar fi îndopat (cu lapte) ca o găscă destinată să ajungă în- tr-o tavă la cuptor – scuze, mai bine într-o pungă, în galantarele dintr-un supermarket, de

5 Sendviș franțuzesc făcut dintr-o bucată de baghetă tradițională, proaspătă, tăiată în două, pe lungime, și care conține unt și șuncă presată, (*n. red.*)

Crăciun -, ori poate doar ficatul din ea, și dacă lipidele din pasăre bine ambalate merită să fie savurate pe tartine, alături de o șampanie bună într-o cupă, nu ar sfârși prin a face un caca de câpcăun și urât mirositor. Poate că de asta și plânge frecvent: caca în scutec, durere de stomac? De-aia urlă și, când va crește, se va transforma într-un ecologist, pentru că a fost hrănit la biberon cu lapte de vacă? Scuze, e fetiță? Drăguț, poate că va salva planeta cândva...

Pe scurt, este vorba despre dragul de visător ori despre o ecologistă, filmați de jurnalistul ori jurnalista de televiziune [JRI⁶ cum le spunea pe vremuri la francezi, înainte ca orice tip/tipă înarmat(ă) cu un smartphone ultimul răcnet, *facebookist(ă)* până la moarte, să se dea cameraman de teren], adică tipul ce pune întrebarea criminală.

Iar voi, dacă ați fi animale, ce ați fi?

Uau, ce naiba fumează visătorul ăla? Nimic. Ce mănâncă ecologista de serviciu? *Galettes bretonnes*, niște clătite franțuzești din făină de hrișcă și apă, pregătite după rețete bretone: apetisant, nu-i așa? Clătitelor pregătite cu lapte de vacă (bovina care în urma procesului de digestie elimină prea mult metan), cu bere și făină de grâu ce face și gofrele ori

6 Siglă de la *Le journaliste reporter d'images* - „jurnalist-reporter de imagine”. Este un jurnalist de teren, specializat în realizarea de reportaje pentru televiziune, agenții de presă, companii de producție video etc. (n. red.)

pâinea să se umfle până și în cele mai sublime alveole – vezi povestea drăguță cu plămânii nefumătorilor... –, doamna ecologistă le-a spus de mult timp adio. Ea respiră sănătate. E vegană acum! V-E-G-A-N-Ă, i se spune. Sună a ceva foarte americanesc, dar nu este deloc o înjurătură. Ci doar (parțial) cuvântul „vegetariană”, dar spus altfel. Plantele, la naiba: și laptele trebuie să fie și el vegetal, adică din proteine vegetale, sau pa! Cafeaua trebuie stropită cu un nor de lapte... de migdale, de orez sau de alune, sau adio! Sunt niște gusturi rafinate ce nu pot avea de-a face cu oamenii normali care își inundă cafeaua cu lapte animal – vacile naibii! –, ce costă așa de puțin, vândut în cantități mari, și care astfel le dă de muncă agricultorilor „supraaglomerați”, chiar și în comerțul echitabil? Așa că dă-i cu laptele vegetal – din plante –, în băuturi tot din plante – cacao ori cafea –, ce moft!

Imaginați-vă, doar de dragul discuției, două minute petrecute pe o plantație de cafea din Brazilia, Vietnam, Indonezia, Columbia ori Etiopia, cu o boabă verde de cafea, cu semințele afară, desfăcută în palmă... Arborele-de-cafea este o plantă tropicală din Africa ori Asia. La fel ca alunul, care poate fi stropit de ploaia ce cade în spatele casei voastre! Știați că este suficient să aveți 80 de grame de alune decorticate și un litru de apă, ca să faceți un litru de lapte de alune, dar că un fermier trebuie să insemineze artificial o vacă de rasă, de carne sau mixtă, de 500 până la 900 kg, apoi să o hrănească și să-i dea să bea

apă corect în fiecare zi, ca să dea naștere unui vițel de 45 kg, după aceea să o mulgă ca să obțină acel prețios lapte animal, vândut angro, și că asta nu impresionează pe nimeni? Simțiți cumva brusc o senzație de vid în minte? Puteți cădea sau plana, cum vreți. Așadar? „Dacă ați fi animale, ce ați fi?” Vacă în niciun caz, ce viață de câine... Ce să le spui nebunilor ălor de ecologiști care răspund mereu... cu o altă întrebare! Ce insolenți! Ultima dată când v-a pus cineva o astfel de întrebare erați în curtea școlii. La o vârstă la care copiii sunt încă foarte curioși în legătură cu orice, chiar și cu posibilitatea de a marca la bile împotriva băiatului de bani gata (există întotdeauna unul, dar părinții lui nu sunt mereu așa de bogați pe cât cred ceilalți elevi). Bilele lui sunt opace, cu reflexii de oglindă, iar voi, cu o simplă agată transparentă, dați gol! Sau poate mai târziu, fiind vorba despre întrebările acelea dinainte de a intra în sala de sport, trecând prin fața copacilor ce servesc ca decor pentru fotografia de grup cu clasa... Apoi ați îmbătrânit cu toții, v-ați copt, v-ați pierdut acel spirit naiv, infantil și visurile tinereții, în fața statului de plată plin cu cifre și cu o grămadă de abrevieri, pe care le înțelege doar contabilul firmei. V-a mai rămas o singură speranță: să câștigați mai mult, mereu mai mult, cifrele bolduite din josul paginii să fie tot mai grase cu fiecare lună, trimestru sau an (totul depinde de ambiția și de motivația fiecăruia). Deci, lapte de vacă ori de alune, între noi fie vorba, e totuna; există lucruri mult mai importante în viață...

Deci, ce animal ați fi: vacă ori veveriță?

Așadar, doamnelor, domnilor, vă simțiți mintea golită gândindu-vă la ecologiștii ăia și la întrebarea lor „de rahat”? Acel negru înspăimântător ca în spațiu, pe care îl intuiți noaptea, ridicând ochii spre cerul care v-ar putea cădea în cap (cu luna și cu stelele lui), strivindu-vă sub greutatea lui formidabilă... Ce, aerul nu are greutate, asemenea apei de pe umerii voștri, când plonjați în apa mării vara? Nu săriți în apă, nu vă place să vă udați părul? Aveți dreptate, apa udă si, atunci când e foarte sărată, vă face să vă usture ochii si pielea... Oare imaginația v-a lăsat baltă? Da, nu, la naiba...

Treabă multă. Iar lumea și-a pus această problemă înaintea voastră, pentru că nu era prea sigură că omul „coboară” din maimuță (și astronautul din cer, din stația spațială ori de pe Lună). Măcar atâta ușurare, că știți cu certitudine că animalele arboricole precum veverița coboară uneori din copac, sigur, nu la nivel genealogic...

Există tot felul de reflecții despre noi și ele, ele și noi, oameni și animale. Gândiți-vă la acestea! „Omul nu e decât un animal mai perfecționat decât altele și care gândește mai bine.” (Napoleon Bonaparte); „Omul este un animal social care își detestă semenii.” (Eugène Delacroix); „Dragostea e profund animalică: asta este frumusețea ei.” (Rémy de Gourmont); „E posibil să trăiești fără să-ți amintești să fii fericit, așa cum o demonstrează animalele, dar este

imposibil să trăiești fără să uiți.” (Friedrich Nietzsche); „Cu o telecomandă și cu apă curentă, omul este un animal sedentar ce trăiește fericit.” (Bernard Pivot, în *Le Métier de Lire*⁷)... OK, maestru Pivot, poate că e un bărbat fericit, dar nu așa este și nevasta lui, care nu reprezintă un animal prost ca celelalte! O doamnă vrea mereu să sară peste meciul de fotbal, terenul ăla verde ca o pajiște unde răsună uneori, ca într-o pădure tropicală, niște urlete primitive. Unde sunt maimuțele? Bărbații sunt mai animale ca femeile? Încă o întrebare ciu-

>

dată care ar putea fi pusă de visător sau de vegană (pare numele unei mașini super..., cu siguranță în curând electrică) și la care veți putea răspunde, posibil, după ce veți citi această carte? Și dacă veți cânta „Unde sunt femeile?” mieunând la final înseamnă că toți suntem pierduți pentru umanitate...

7 „Meseria de cititor” – în franceză, în original, (n. trad.)

ALIMENTAȚIE ȘI GASTRONOMIE

GURMANZI CA ALBINELE

*(Mină/ nu a/ve/ timp
pmtmv t/ăsele/.*

William Blake

Si chiar mai mult, bucătari precum albinele,
gurmanzi, gurmanzi la naiba!

Ele culeg cu trompa lor nectarul florilor, îl depozitează în gușă, apoi îl regurgitează pentru „copii”, norocoșii roiului: este un nectar predigerat de enzimele din glandele lor salivare... în realitate, e deja aproape miere, după o perioadă de maturare în stup, unde temperatura ridicată și o ventilație corespunzătoare a casei albinelor vor da produsului un aspect mai mult sau mai puțin transparent și auriu, sau nici una, nici alta. Ce treabă frumoasă fac insectele, dar este și devoratoare de energie, ca orice muncă...! Iar zahărul, dacă e bun pentru ele, este bun și pentru noi, oamenii, chiar dacă nu suntem atât de activi precum albinele în zbor, desigur. Bineînțeles că nu este bun orice fel de zahăr, consumat sau folosit în „bucătărie” oricum: în domeniul culinar sunt necesare câteva noțiuni elementare de chimie, pentru că în definitiv suntem

ceea ce mâncăm.

Deci, să reținem, de exemplu, că și lactoza este o substanță care face parte din familia zaharurilor: totuși, această moleculă grasă poate fi extrasă din laptele de vacă, la care mulți oameni sunt astăzi alergici sau au intoleranță, ori au intoleranță la lactoza însăși – pe care de altfel o găsim și în laptele matern cu care va fi hrănit viitorul nou-născut –, ori sunt alergici la proteinele din lapte.

Lactoza este dificil de digerat pentru că enzimele – lac- taza – trebuie să folosească energie pentru a sparge această moleculă grasă în nutrimente – glucoză și fructoză –, mai mici și mai ușor de absorbit de către intestin. Or, tubul nostru digestiv foarte rapid nu mai produce – ori o face foarte puțin – din această faimoasă lactază, deoarece perioada de alăptare nu depășește câteva săptămâni, în cazul bebelușilor. Ceea ce nu-i împiedică pe producătorii din domeniul farmaceutic să folosească masiv lactoza ca substanță pentru glazurarea comprimatelor și a altor „bomboane” pe care le cer în fiecare lună numeroși bolnavi, gata să aștepte ore întregi în anticamera medicilor, înainte de a sta la coadă, alte ore, la farmacie... Voi mai înțelegeți ceva?

Pe de altă parte, albinele nu au timp să se plângă apicultorului, dacă sunt bolnave. Mor foarte repede și sunt devorate de viespi! De aceea, de la bun început, toate sunt sportive și trebuie să zboare ca să facă rost de hrană, pentru a-și face rezerve de energie. Asemenea figurilor pe care le fac în aer, ca

într-un dans pentru orientarea colectivă pe care trebuie să o mențină, totul este epuizant în viața lor. Trebuie să aibă simțul înnăscut al traiectoriei și al comunicării în zbor, în maniera piloților din Patrula Franței, aflați la bordul unor avioane Alpha Jet (doar că ei mai au și radioul de care se folosesc pentru a comunica), acesta fiind vital pentru a aduna informații și pentru supraviețuirea roiului: unde să zboare, ca să găsească cele mai bune flori, înainte ca o secetă ori o altă catastrofa – furtuni, inundații, înghețuri etc. – să le masacreze.

De fapt, e nevoie – și devine din ce în ce mai evident în timp și odată cu apariția tot mai frecventă a fenomenelor meteorologice extreme – de o rezistență ieșită din comun, pentru ca acest cuplu din natură, insecte/vegetale, să supraviețuiască. Fără interacțiunea lor, producerea celei mai bune mieri, pentru a privi spre anul următor fără stres, devine imposibilă. De luat în calcul, de asemenea, încercările prin care pot trece toate organismele coloniale – regină, lucrătoare, trântori, larve –, ca și vegetația disponibilă, în general, în regiunea respectivă – salcâmi (din genul Mimosa), albăstrele, brazi din Vosges, castani, tei, trifoi etc. –, ceea ce este posibil să ducă la creșterea explozivă a prețurilor, sau mai rău, la dispariția mierii, într-un viitor apropiat.

Chiar și reproducerea – sexuată – a plantelor cu flori, masculine și feminine, este în pericol, pentru că se bazează pe intervenția vântului, a insectelor, bineînțeles, dar și a păsărilor și a liliecilor. Animale

polenizatoare esențiale pentru lumea vegetală, care nu cunosc nici ele sălile de așteptare pentru a putea vorbi despre bolile pe care le transmit oamenii: dacă e adevărat în celălalt sens, de ce nu și în acesta? Odată cu îngrijorătoarea dispariție a albinelor în doar câteva decenii, nu va fi doar mierea, cea atât de hrănitoare, de utilă și de eficace în cazul durerilor în gât, singura pe care oamenii nu o vor mai găsi în magazine pentru a o savura pe o felie de pâine, în prăjituri, în diverse pastile sau într-un ceai cu suc de lămâie, ci și florile și culorile lor, care vor pieri într-o bună zi. În consecință, fructele, legumele și cerealele vor dispărea și ele!

Așadar, este de datoria noastră să rămânem gurmanzi sau niște mândăcioși, dar și să iubim și să prelucrăm adevăratul zahăr, de origine vegetală, precum și să gătim în continuare cu el: nu numai zaharoza obținută prin fotosinteză din trestia-de-zahăr sau sfecla de zahăr, ci și mierea aurie a albinelor, respectiv prețiosul lăptișor de matcă. El este produs de glandele albinelor-doici și folosit pentru a hrăni atât larvele, în primele zile de la eclozare, cât și regina, pe toată durata vieții ei. Acesta conține în majoritate proteine, aminoacizi, lipide și vitamine (B5 printre altele), pe când mierea este bogată în zaharuri simple: fructoză, glucoză, maltoză, zaharoză. Exact ca „plantele frumoase” care încearcă să atragă polenizatorii prin culorile, mirosurile și nectarul lor, un lichid bogat în apă dulce și zaharuri simple (glucoză, fructoză) ori complexe (zaharoză, maltoză).

Păcat că parfumul florilor e din ce în ce mai alterat de poluarea atmosferică... Asta chiar că este o problemă: pentru că da, cu cât sunt mai mulți oameni pe Pământ, cu atât activitățile industriale generează mai multe emisii de gaze – de eșapament, de la automobile, de exemplu –, transformate în ozon, în prezența razelor solare. Or, vara mai ales, ele se leagă de moleculele ce produc parfumul florilor, perturbând mirosul foarte fin al insectelor polenizatoare, al câinilor, dar și al oamenilor! Pe scurt, este necesară de urgență plantarea de flori și formarea „grădinarilor de duminică”, a specialiștilor în spații verzi și a peisagiștilor, dacă nu vrem să pierdem albinele, florile, parfumurile, copacii și cheful de a merge la bucătărie ca să ne facem timp să gătim prăjituri delicioase cu zahăr, cu subtile arome de ciocolată, vanilie, migdale sau floare de portocal...

Nu doar din pură lăcomie m-am obișnuit să adaug cu plăcere una sau două linguri de miere atunci când gătesc o prăjitură ori chiar o mâncare normală, la foc mic — pulpe de pui, piept de rață sau friptură de porc —, și asta nu numai pentru a susține eforturile albinelor! Pun miere și într-un pahar cu apă, caldă sau rece, și cu suc de lămâie, fiindcă băutura obținută este bună pentru sănătate, în orice anotimp.

În sfârșit, dacă se întâmplă să cumpăr niște bomboane cu miere, le caut pe cele de calitate sau făcute de producătorii locali ori particulari, care menționează pe ambalaj originea, pe o listă obli-

gatoriu redusă ca număr de ingrediente.

Cu cât mai simplu, cu atât mai bun!



FRUGIVORI CA

*... o viață frenetică
autosatisfacție.*

LILIECII

*luvin& uitac*Ât

Cum auziți cuvântul „lilieci”, dintr-odată vă ia cu frisoane! Vă duce cu gândul la Conte Dracula, la niște vampiri din fața Batman – zăcând în sicriul lor confortabil ziua și ieșind din el noaptea, dar care sunt lipsiți de imaginație pe plan culinar, fiindcă preferă exclusiv sângele. Și probabil că îi interesează prea puțin frumusețea sau greutatea victimelor: dacă vrem să ne îmbătăm, sticla e mai puțin importantă! Sângele...

Licoarea asta e roșie, dar nu ca vinul, este ceea ce se scurge lent prin tuburile de recoltare atunci când donați

sânge, pentru a cunoaște totul despre ce anume vă curge prin venele brațului la momentul T. Da, dar prin care braț? Prin cel drept sau prin cel stâng? A, ghinion, dacă mai aveți și diabet – prea multe zaharuri și ce puteți păți, dacă nu vă miș- cați destul, în afară de un disconfort? –, trageți adânc aer în piept înainte de a citi în continuare, fiindcă textul acesta atrage atenția asupra unei probleme foarte grave, care ne privește pe toți. Sunt prea multe ființe omenști pe Terra și prea multe în sălile de așteptare ale medicilor și ale laboratoarelor de analize. Pe de altă parte, liliecii, cu reputația lor proastă de mari consumatori de sânge, din cauza vampirilor și a Contelui Dracula, sunt pe cale de dispariție peste tot în lume! Chiar și fanii lui Batman încep să se îngrijoreze. Unii nu mai dorm noaptea din cauza asta, și nu vorbim neapărat despre cercetători, medici, biologi, agricultori sau ecolo- giști... Iată o întrebare referitoare la Batman: supereroul acesta are abdomenul cu pătrățele și coapsele ca „din beton armat” pentru că abuzează de carnea roșie în sânge, de fructele ce produc adesea diaree, de orele petrecute la sală și de pudra proteică (ce?) vândută în recipiente de un kilogram? Ce mănâncă, după voi, tipul ăsta musculos, mascat sau, mai bine zis, protejat de o cască până la urechile lui ce seamănă cu niște antene? Liliecii, în tot cazul, sunt absolut niște gurmanzi, mari mîncăcioși. Le plac zaharurile și chiar micile tratații dulci... Dar asta este o altă poveste, mai mult sau mai puțin *hot*: când un cuplu face dragoste, cu capul „în jos”, partenerilor le place și sexul oral, cu gura la părțile

genitale; sigur că în poziția asta dulceața e un sport, pe care îl preferăm sărat sau dulce, în funcție de regim! În fapt, nu toți liliicii, mai ales cei din Europa, sunt niște însetați băutori de lichid roșu lipicios și vâscos, bogat în fier și hemoglobină... în locul sucului de carne, îl preferă pe cel de fructe, fructoza (cuvânt terminat în -oză, la fel ca „lactoză”, zahărul din laptele animal vândut la sticlă în supermarketuri, în timp ce fructoza este un zahăr extras din plante, vândut eventual în același loc, doar că la alt raion, de exemplu la cel de gemuri).

În natură, fructoza provine din „dulciurile vegetale” ce se culeg din copaci ori se adună de pe sol, atunci când fructele sunt prea coapte, uneori pe punctul de a conține alcool, din cauza fermentației lor. Acum să nu spuneți că liliicii sunt niște alcoolici și că pacostea asta e doar apanajul vegetarienilor atunci când soarele îi bate în cap în verile caniculare. Nu e chiar așa... Pe de altă parte, țăranii știu cu certitudine că boabele crude ale arborelui-de-cafea îi atrag irezistibil pe micii șoareci zburători, ce dau cu plăcere o mână de ajutor cultivatorilor de pe plantațiile din Chiapas, în Mexic. Unii sunt atât de pasionați de aceste fructe, încât participă în mod natural la o agricultură mai durabilă și ecoresponsabilă: polenizarea plantelor, împrăștierea semințelor etc. Aceștia compensează eventualele probleme intestinale provocate de ingerarea părților de fruct mai mult sau mai puțin crude și comestibile (miez, sâmburi, coajă etc.) – mai ales în cazul femelelor aflate în perioada de alăptare –, bând multă apă bogată în minerale sau chiar lingând pământul, pentru a absorbi o

cantitate suficientă de substanțe minerale, ca organismul să treacă cu bine peste această probă a maternității.

Îi mai calificăm drept frugivori și pe toți acei înnebuniți și toate acele înnebunite după zahăr, ce știu să doarmă cu capul în jos și să zboare cu capul în sus, cum sunt, de exemplu, speciile din familia liliecilor – *Flyingfox*⁸ în engleză –, ai căror reprezentanți se găsesc, în general, pe toate continentele și insulele. De reținut: nu toți liliecii au aerul drăguț de mici mamifere înaripate, păroase, fără chelie: dovada, liliacul gigant de Malaezia, sau marea vulpe zburătoare – frugivor cu numele științific de *Pteropus vampyrus* (culmea ironiei!) –, ce poate măsura până la 1,70 m. înălțimea unui om, deci... Poate a lui Batman?

În fine, e bine de știut că unul dintre cele mai mari servicii pe care liliecii le fac oamenilor este acela că devorează mai ales țânțarii, purtători de diverse boli, zgomotoși și insuportabili, dar mici bestii pline de proteine și de... sânge. Femelele sunt cele care înțeapă de obicei, fiind niște afurisite de insecte ce încearcă să le dea viață progeniturilor lor, ce curând își vor reclama propria bucată de carne!

Dar voi, fără să mergeți până într-acolo încât să deveniți vegetarieni sau frugivori pentru a vă atinge scopurile – ce prostie, pentru că, fiți atenți, chiar și liliecii se hrănesc uneori cu carne, de porc, de exemplu, de mărimea unui degetar –, ați mâncat astăzi cele cinci

8 „Vulpea zburătoare”, (n. red.)

legume sau fructe obligatorii, așa cum este recomandat pentru sănătatea voastră?

La fiecare trecere a mea prin bucătărie, în ciuda formelor simple, specifice designului din secolul XXI, coșul de răchită sau panerul cu fructe reușește să-mi facă cu ochiul, ca nu cumva să nu uit să iau câte ceva din el peste zi... Tentația este mare, chiar și atunci când am o sticlă cu suc la îndemână, în bufet sau în frigider.

Nu este de ajuns să bem dulce și colorat; frumusețea constă în a mușca din fructe!

EMETOFOBI ASEMENEA CAILOR

Abraham Lincoln

Ce este emetofobia? Aceasta reprezintă frica de a vomita.

Cei care își cunosc fragilitatea intestinală știu despre ce vorbesc: cei „no glu” (persoane cu intoleranță sau sensibilitate la gluten), cei cu intoleranță la lactoză, alergicii la proteinele din laptele de vacă etc. Este vorba despre toate persoanele care ar sfârși prin a voma puțin, cu mult înainte de a spune stop! Acești bărbați și aceste femei au suferit mai întâi de bolboroseli în stomac, de balonare, de greață și chiar de dureri articulare ori musculare, cauzate de numeroșii ani de expunere în alimentație la clasicul lapte de vacă sau la gluten (un amestec lipicios de proteine: gliadină și glute- nină), prezent în boabele de cereale, mai ales în grâul industrial, folosit la fabricarea pâinii și a pastelor făinoase vândute în supermarketuri. Problema e că glutenul este prezent și în orz (bere), secară, kamut, ovăz sau alac, mai ușor de găsit în magazinele de produse bio. Amatorii de echitație, îndrăgostiți de cai – și chiar pariorii de la PMU⁹ – nu se vor putea abține să nu pună o anumită întrebare, atunci când vor auzi de ovăz...

Laptele de ovăz, să-l încerce sau nu cei care au deja intoleranță la gluten? Să precizăm că metoda mnemotehnică – SABO¹⁰ (ca *sabot-u*)¹¹ calului, da!) –, recomandată pentru a reține numele principalelor

9 Siglă de la *Pari Mutuel Urbain* – companie de stat franceză de pariuri pentru cursele de cai. (n. trad.)

10 Siglă de la *Seigle, Avoine, Blé, Orge* – Secară, Ovăz, Grâu, Orz. (n. trad.)

11 *Sabot*, „copită a calului”, în franceză, în original, (n. trad.)

cereale periculoase, nu este infailibilă în acest sens. De exemplu, nu se menționează deloc porumbul, pe care unii dintre noi îl digeră greu, în timp ce această cereală se pretinde a fi fără gluten, precum quinoa, o „pseudocereală”, și (în cea mai mare parte) orezul, atât de mult consumat în Asia.

Așadar, nu este nicio problemă să bei lapte de orez, de migdale, de alune, de soia etc. Dar atunci cum rămâne cu ovăzul? Altădată mâncat de cai, acesta a fost rapid acuzat că îi excită și deci înlocuit în parte cu orz. Poftă bună, dragi căluți?

Prolamina toxică, cea care îngreunează digestia și afectează chiar deplasarea celor intoleranți, se numește glia- dină, în cazul grâului. Există ceva de genul acesta și la ovăz, avenina...

Paralizate de o astfel de problemă, ca vampirii (băutori de sânge) de către usturoi, persoanele cu intoleranță la glu- tenul din grâu și foarte frecvent la lactoza din laptele de vacă au vomitat litri și litri de hrană nedigerată în timpul copilăriei și chiar la vârstă adultă, când au supraviețuit ca prin minune înspăimântătoarelor și apăsătoarelor perioade de sărbători creștine, destul de numeroase și, în ultimă instanță, cam îngrămădite în calendar: Epifania (sau Bobotează) din ianuarie, Luminățiile (Sărbătoarea lumânărilor/ a candelilor) în februarie, Paștele în aprilie, Adormirea Maicii Domnului în august, Sărbătoarea Tuturor Sfinților în noiembrie, Crăciunul în

decembrie. Si la fiecare dintre aceste ocazii, ce se lasă cu mai multă sau mai puțină plăcere gustativă și cu stres mai mult sau mai puțin intens pentru tubul digestiv, grâul dur și laptele de vacă se invită mai mult ca de obicei să facă parte din cotidian... Glutenul și lactoza sunt prezente în mai toate rețetele, mereu mai grase și cu mai multe ingrediente de origine animală, făcându-i pe oameni să uite că, odinioară, cei săraci se descurcau cu saci grei de cartofi, pe care îi consumau zi de zi, fericiți să aibă apă și, să spunem, o portocală de persoană, pe data de 25 decembrie. Nu știm dacă este vorba despre o legendă ori despre o caricatură și dacă trebuie să râdem sau să plângem, sau să încercăm să ne imaginăm cum ar fi să mâncăm o zi piure (cu lapte de migdale!), a doua zi, la fiecare masă, cartofi prăjiți, la cuptor sau chipsuri de cartofi etc.

În secolul XXI, nu se mai pune o astfel de problemă de exemplu pentru cei care trăiesc în țările occidentale. Aceștia consumă la micul-dejun tartine ori fulgi de cereale, sau felii de baghetă din făină de grâu dur, cumpărată în fugă de la magazinul de pâine din cartier. Scuze, dar pentru a ajunge la o brutărie adevărată trebuie să facă un drum mai lung... Și, dacă sunt gurmanzi, vor înmuia acea pâine în sosul de roșii de la paste bolognese, încercând să o facă să alunece pe gât, chiar fără să mai bea ceva, dar, mult mai bine, cu câteva guri de bere cu gluten, ori, mai rău, cu whisky! Aceleași persoane vor ajunge să se plângă din ce în ce mai des medicului de familie, odată cu înaintarea în vârstă, în legătură cu efectele dezastruoase ale

băuturilor alcoolice asupra minții și a corpului lor, mai ales după niște beții memorabile, urmate de episoade de vomă, la sfârșitul anului: la fel ca în cazurile uneori mortale de comă etilică din tinerețe, cauzate de otrăvire sau, mai bine zis, de înecare cu acel exagerat și atât de puțin savant amestec de lichide infecte, semn că dezastrul ar fi trebuit deja stopat încă din adolescență.

Cât despre laptele de vacă, încălzit la microunde sau scos direct din frigider, care înmoaie cerealele din bol, acesta are tupeul să se ascundă și în mâncărurile cu sos ori în prăjiturile cu cremă nesănătoasă...

Dar, vai! Cei cu intoleranță la gluten și lactoză au descoperit toate acestea de-a lungul aceleiași curse cu obstacole care îi obligă pe oameni să-și abandoneze provizoriu preocupările obișnuite, stând răstigniți în pat, la spital sau acasă, obligați să respecte un regim alimentar, ca să-și revină cât mai repede posibil după indigestia care pe alții îi omoară încetul cu încetul. În timp ce bieteile persoane cu intoleranță gestionează cât de calm posibil durerile de cap, grețurile, eczemele, durerile musculare, balonările, gazele intestinale etc., cum ar putea îndrăzni ele să se plângă, singure împotriva tuturor, fără să treacă drept spărgătoare de chef, într-o familie ce nu crede decât pe jumătate ceea ce pare desprins dintr-un film și, în niciun caz, efectul mâncării nesănătoase? Doar n-o să îi omoare o biată bucată de pâine, de carne - de vită, hrănită cu ce? - sau un pahar de vin, nu?

Totuși, cazurile de „colopatie funcțională” sau colon iritabil, polipii din intestine și alte tumori mari ale

colonului, care în ultimele decenii au făcut atâtea victime, continuă să se înmulțească în toată lumea... ca și colonoscopiile, dar acest scurt popas, doamnelor și domnilor, adormiți pe mesele de operație în fața camerelor video ale gastroenterologilor, este din fericire acoperit de asigurările de sănătate... Gastroente- rologia poate fi o meserie de viitor, la fel ca cea de actor/actriță, expus(ă) pe patul de spital. Cu condiția ca saltelele să fie confortabile si saloanele dotate cu aer condiționat.

Și apoi, până la urmă, cei cu intoleranțe, care au înțeles ceea ce era nevoie înaintea celorlalți, sunt fie mai norocoși – deși și ei finanțează sistemul sanitar, „gratuit” pentru bolnavi –, fie mai inteligenți, fiindcă au realizat mai repede că noi toți ar trebui să ne oprim din a mânca prostii și să ne ocupăm mai mult de corpul nostru. Astfel vom evita ședințele de chimioterapie care ard totul în calea lor: un veritabil carnagiu pentru celule, bune sau rele! Și nu ar trebui să așteptăm să ne vomităm mațele, să ne pierdem părul și să arătăm ca niște cadavre ambulante pentru a ne hotărî să ne reducem considerabil și definitiv consumul de carne, roșie sau albă, de lapte de vacă și de smântână... De altfel, cei care sunt intoleranți la toate astea își ung fețele, în fața oglinzii, în fiecare zi, sau vara, la plajă, ca să-și păstreze bronzul!

Doar pentru că au înțeles de multă vreme că oamenii nu sunt vaci destinate să devină boi sau femele care alăptează toată viața. Sigur că și cei mai puțin instruiți dintre noi au fost nevoiti să realizeze asta încă de la sfârșitul anilor 1980, când la TV bieteles vaci nebune

tremurau din cauza bolii, înainte de a fi duse să moară la abator și înainte de a fi hrănite ani la rând cu făină animală, ele, bieteile erbivore... Dar, în același timp, din cauza lentorii administrative etc., nu toată lumea înțelege și interpretează evenimentele cu aceeași repeziciune. O chestiune de alimentație, poate în mare parte, dar și de educație – trăiască școala... –, de acces la informații și la cultură etc.

> ,

Oare trebuie să încetăm să mai fim carnivori, să renunțăm la friptura fragedă cu cartofi prăjiți și ketchup, mâncată o dată pe săptămână, ori la lasagna (cu foi de orez, fără gluten) cu sos de roșii, sau la o felie subțire de brânză la grătar cu jambon și cașcaval ras, mai bine digerat decât decît cald, asemenea cafelei, de altfel, nu foarte fierbinte?

Persoanele cu intoleranță, pe care cei care „încă tolerează” îi numesc, în termeni medicali, bolnavi celiaci sau persoane care suferă de boala celiacă, au vomitat destul în viața lor, ca să-și amintească cât e de util să ai o ploscă la îndemână și o toaletă aproape. Poate că ei mănâncă puțin și le este mereu foame, într-o lume încă neadaptată acestei crize de conștientizare, dar, de fapt, sunt doar gurmanzi și le place să gătească mâncăruri bune și multe prăjituri, în timp ce alții încă se îndoapă cu mâncare procesată.

Adică cei cu intoleranțe sunt emetofobi pentru că au renunțat la produsele pe bază de grâu și nu mai fac cumpărături de oriunde, preferând laptele vegetal și „făina din boabe mici” (migdale, alune, hrișcă, soia,

mazăre, năut, linte) pentru gătit? Nu mai vor să vomite și gata. Au pățimit destul. Refuză să se îndoape ca niște căpcăuni și să sfârșească obezi, condamnați când ajung la 40 de ani de acest flagel al mâncatului nesănătos. Cei cu intoleranțe sunt mai mult vegetarieni decât carnivori? Este în regulă!

Asemenea cailor, ce în teorie sunt așa de la natură. Doar dacă nu au ghinionul să aibă drept stăpâni niște inconștienți, care îi fac să înghită cine știe ce prostii... Nu este calul cel care merge în galop la cumpărături la Carrefour®, la Auchan® sau în alte magazine, pentru acela ori aceea care și-a permis să-l cumpere și mai ales să-l țină în grajd. Nu toată lumea câștigă atâția bani, astfel încât să-și permită să fie proprietarul unui Crin Blanc¹² sau al unui Tornado¹³ ori să știe să murmure la urechea cailor, ca să le înțeleagă cuvintele de satisfacție, de recunoștință sau de furie...

Așadar, călușilor le plac merele, de exemplu, și mănâncă orz sau ovăz, ori chiar mai simplu, iarba verde pe care o găsesc pe pajiștea din vecinătatea vacilor, hăt departe, la țară!

Doar că soarta asta de invidiat o au doar caii din mediul rural, care au dreptul să trăiască liniștiți în natură, nu și calul elegant, de competiție, filmat la galop, cu jocheul în spate, obligat cu orice preț să evite fracturile, ca să încheie cu succes sezonul și să-i

12 Numele unui armăsar din scurtmetrajul *Crin blanc: Le cheval sauvage* („Coamă-Albă: armăsarul sălbatic”), realizat în 1953 de regizorul francez Albert Lamorisse. (n. red.)

13 Calul negru al personajului Zorro, animal ce apare într-un serial de televiziune și ulterior în mai multe filme, (n. red.)

îmbogățească pe pariorii din fața televizoarelor.

Dincolo de performanțele pe care i le pretindem acestui alergător superb și incredibil și pe care ni l-am dori încă sălbatic și liber ca un mustang, calul are motive întemeiate să fie vegetarian și emetofob. Dacă vomită, acesta moare! Ca în melodia lui Georges Brassens (1972), cu acel căluț alb... Anatomia tubului său digestiv și volumul mic al stomacului (8-12 litri) – cu un sac format din mușchi foarte puternici, la intrare, și dispuși ca un inel – refuză vărsăturile: adică returul bolului alimentar, dacă preferați. Așadar, circulația hranei, a lichidelor și a gazelor are loc într-un singur sens, în cazul excesului de mâncare sau al unui tub digestiv suprasolicitat, există riscul de ruptură a stomacului, colici și deces.

>

Iată de ce gavajul nu este recomandat la cai... Aceștia trebuie să evite mesele grele și să se hrănească în timpul zilei având pauze regulate, în care să galopeze ori să alerge la trap.

În sfârșit, toată lumea ar trebui să fie emeto- fobă, nu numai părinții celor cu „intoleranțe alimentare”, ori personalul de îngrijire din spitale, care curăță frecvent voma celor sosiți acolo în comă alcoolică având cancer de colon sau pentru chimioterapie. Nu contează de ce, pentru toți este aceeași luptă: mă apuc să fac sport — la trap ori la galop —, mănânc doar când mi-e foame și asta e, fără excese!

REZISTENȚI LA FRIG CA BALENELE ȘI BELUGILE

*Cine nu e canibal? Ți-a spun eu,
în Ziua Judecării o să fie
mai multă iertare pentru fijianul
care a pus la sărat, în peștera lui,
un misionar slăbănog pentru zilele
cu foamete, decât pentru tine...*

Moby Dick



In Marele Nord, în apele Arcticii, trebuie să fiți de fier ca să puteți face slalomuri printre aisberguri, despre care se spune că au partea ascunsă mult mai masivă decât cea vizibilă. Raportul este de 90% de volum invizibil, aflat sub apă, față de 10% vizibil deasupra, pentru navigatori, și invers, bineînțeles, pentru cetacee! Cât despre poluarea chimică, cel mai adesea invizibilă și ea în Arctica, ar trebui să vă ia cu fiori reci pe la spate – vai! –, chiar și cu un colac de

salvare peste „geacă”. Ca peste tot, dar cu mai multă sau mai puțină rapiditate și concentrație, substanțele toxice sunt transportate în atmosferă de curenții de aer sau în apă de cei marini, apoi rămân captive în gheață, unde se acumulează, ca apoi să fie eliberate progresiv atunci când temperatura crește, gradual sau dintr-odată. Procesul poate dura – îl conștientizăm doar la scara unei vieți de om –, în ansamblu, mai mult de un secol, dar și mai puțin de un deceniu, în funcție de țară, gradul de populare a planetei și activitățile desfășurate... Brrr!

Și totuși, dacă vasele de croazieră încep să se aventureze în această regiune a Polului Nord având numeroși turiști la bord – chiar din cauza unui nenorocit de aisberg în derivă s-a scufundat Titanicul, pe 15 aprilie 1912, mai la sud, în largul ținutului Terra Nova, dispărând împreună cu 68% dintre pasagerii aflați la bordul său –, mamiferele cu sau fără păr ori blană plonjează mai mult sau mai puțin în mod regulat în apa foarte rece, și asta cu mai mult de un secol mai târziu. Printre ele se află emblematicele morse, focile și celebrii urși-polari, animale condamnate obligatoriu să-și îmbunătățească performanțele în creșterea rezistenței termice și la înot. Poate că sunt grase, mari și leneșe, dar se află în prima linie, înfruntând topirea banchizelor și a ghețarilor, care este accelerată din cauza încălzirii globale...

îmbunătățirea performanțelor în cada asta

mare de baie și în asemenea condiții este poate mai puțin urgentă pentru cei ce nu au cum să iasă din apele întunecate. Aceștia nu trebuie decât să ia o gură de aer la suprafață, ca apoi să coboare în adâncuri ținându-și respirația. Sunt cetacee cu dinți, vânători în trecere sau de proveniență locală – orca, narvali (numiți încă unicorni marini), belugi (supranumite și ele canari-de-mare) –, ori mai mari, cetaceele cu fanoane, ce filtrează apa ca să extragă din ea zooplancton – adică balenele, printre care se află și masiva balenă (netedă) nordică.

Cum reușesc ele să suporte înfricoșătoarele lor condiții de viață, fără să înghețe în acel paradis ce seamănă cu un infern alb? Cred că în momentul ăsta vă gândiți la bălăceala voastră obișnuită în Marea Mediterană, din iunie până în septembrie, când temperatura apei variază între 17 și 25 °C. Având 37 °C, corpul vostru suportă această baie temperată mai bine sau mai rău – dar nu mai mult de un mic sfert de oră în cazul celor friguroși ori mai puțin ambițioși. Pentru că înotul, chiar și bras, deja se numește sport! Iar despre stilul craul ori despre scufundarea cu capul sub apă nici nu mai vorbim: nici măcar în visele cele mai frumoase. De altfel, nu mergeți niciodată în Nord, pentru că „e Noooordul”, așa cum bine explica actorul francez Michel Galabru: este prea frig pentru voi. Doar că puteți la fel de bine ca prin simpla răsucire a unui robinet să vă cufundați întregul an carcasa în apa din cada personală, la

37 °C, dacă și când vă vine cheful... Dacă vreți totuși să știți, o puteți găsi și la 39 °C în spaul de la Blue Lagon, din Islanda, un cadou al insulei cu 130 de vulcani activi sau inactivi.

Da, însă se presupune că oamenii din nordul Franței, de exemplu, asemenea cetaceelor din Arctica (pinguinii sunt păsări din Antarctica, de la antipod), tremură în apa lor rece tot anul și totuși par mulțumiți cu soarta pe care o au. Ce mister pentru francezii de rând... Sunt ăia nebuni ori voi prea „fătălai”, nu îndeajuns de rezistenți sau prost echipați pentru a rezista la proba bălăcelii și a respirării în mediile acelea înghețate? Putem spune că există francezi și francezi, care se spală pe cap cu apă rece (țineți cont că poate natura lor, cheratina sau pielea capului preferă să fie „date la gheață” și nu fierte dintr-odată)... Asta ca să nu mai vorbim despre nefericiții locuitori permanenți ai stațiunilor balneare de pe coastele atlantice și mediteraneene, care au sansa să-si cufunde corpurile în întregime în apă sărată – în tot cazul, mai puțin dulce decât în Puy-de-Dôme ori în Alpi –, mai ales în perioada vacanțelor școlare, când respectivele orașe se află sub cea mai puternică presiune demografică. Sarea condimentează mâncarea, dar ustură pe piele.

Totuși, ursul-polar, ce nu trăiește într-o mare închisă, reușește să se adapteze salinității din Arctica – și asta atât timp cât încălzirea globală nu perturbă prea tare curenții de adâncime, de se poate trezi cu o ditamai calviția, ori complet chel,

ori poate negru, bronzat ca la rotisor. Până atunci însă, e capabil să-și facă toaleta cu apă rece, chiar și când este nevoit să se bălăcească în noroiul ghețarilor ce se topesc și ei, în Alaska. Până la urmă, de ce doar ghețarii Mer de Glace și Mont Blanc, mai frecvențați, sigur, de oameni, să aibă parte de o mediatizare instantanee? Pe scurt, în aceste condiții și dată fiind întrebarea de mai sus, marele mamifer alb e prevăzut, ca un yeti, cu o frumoasă densitate de peri, dintre care probabil unii mai impermeabili ca alții, în funcție de părțile anatomiei sale. Cât despre voi, pe când baia aia rece de toamnă, ori, mai rău, din decembrie, în așteptarea sărbătorilor de Crăciun, sau tradiționala îmbăiere de 1 ianuarie, pe coastele atlantice sau prin alte regiuni? Poate când vă veți da seama că obezitatea este o otravă mortală

³
pentru umanitatea ce încă se târăște leneșă în unele zone ale planetei albastre?

Și foca, ursul-polar, beluga și balena nu sunt niște animale grase, ci doar „învelite”... Sau mai bine zis „împachetate” (în grăsime) – acesta ar fi după mine termenul cel mai potrivit. Pentru că osul trebuie să fie înconjurat de „grăsime bună, de rezervă”, ca vietatea să poată suporta frigul și să aibă rezistența musculară ce se dobândește doar prin antrenament și odată cu vârsta. Acumularea inteligentă de grăsime bună, care nu afectează libertatea și fluiditatea mișcărilor în mediul acvatic și pe cel terestru, poate fi apoi utilizată ca un izolan permanent în jurul

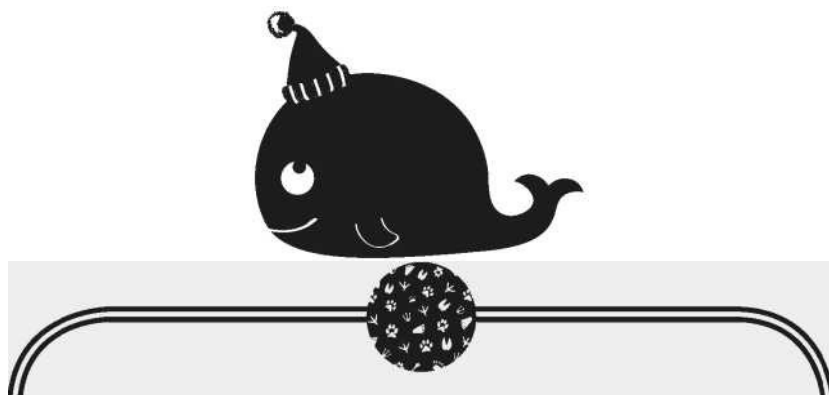
scheletului și sub o piele rezistentă, pentru a aproviziona cu regularitate mușchii, chiar și în momentul ținerii respirației, în ciuda efortului pe care îl cere înotatul pe sub apă. Din fericire, voi nu trebuie să vă țineți respirația, să vânați ori să filtrați apa, nu sunteți nevoiți să respirați înainte de a merge să vă faceți rost de suficientă mâncare care să vă ajute să vă mișcați „hoitul”, asemenea balenei nordice, cunoscută și prin numele ei latin – *Eubalaena glacialis* descrisă în 1776 de zoologul danez Otto Friedrich Müller și, de atunci, pe cale de dispariție... Ca și hrana ei: zooplanctonul bogat în proteine și acizi grași omega-3, pe care balena cu fanoane îl înghite filtrând apa prin gură. Creatura asta este un adevărat mop! Se mai hrănește cu niște creveți minusculi (o specie numită *Calanus finmar chicus*), ca să suporte cu grație o greutate de 55 de tone și lungimea sa de 15 m – dacă balena nordică a scăpat ea însăși de posibila moarte provocată de harpon –, timp de mai mult de un secol sau două, asemenea verișoarei ei boreale din Groenlanda (*Balaena mysticetus* – balena de Groenlanda)... Sau asemenea canarului-de-mare (ori al mărilor), beluga, cu gât și gură surprinzător de flexibile, cetaceu care se poate intersecta cu acești giganți submarini, întreținându-le murmurul, „pălăvrăgeala” și stratul gros de grăsime, grație unui generos regim pe bază de somon, hering, calamar, caracatiță, crab etc. Un braconier alb, „ușurel”, având 6 m lungime și o greutate de o

tonă, o tonă și jumătate, doar puțin mai mare decât narvalul, unicorn, negru, ce își arde calorile cântând mai bine ca oricine pe sub banchize...

Pentru a face față schimbărilor climatice, trebuie așadar să ne spălăm cu apă rece? Și să modificăm în mod consistent sursele de proteine și de lipide conținute de alimentele pe care le furnizăm zilnic metabolismului nostru? Până acum, să recunoaștem că acestea proveneau, în majoritatea lor, de la animale: proteine din carne roșie sau albă, lipide animale din lapte, iaurturi cremoase și brânzeturi. Grosso modo, în Franța, de exemplu, sursele erau: vițel, vită, porc și pui! Și mai adaug măslinile, în sud... Și, bineînțeles, pâinea, pastele, prăjiturile din făină de grâu, ca glucide. Dar, fraților, pentru Dumnezeu, recunoașteți, vă rog, că în copilărie nu ați fost crescuți și nici ispitiți cu mâncăruri care totuși v-ar fi ajutat să vă mențineți sănătoși și pe care nimeni nu le preferă în general: feluri gătite la foc mic, clătite, pizza, supe, piureuri ori băuturi din hrișcă, năut, soia, linte, orez, migdale, alune, arahide! Toate pline de lipide „bune”, de glucide și de proteine vegetale. Ca să o spunem pe „a dreaptă”, la noi acasă nu ne-am mai împiedicat de atâtea distincții între animal și vegetal, chiar și în fața unui simplu bol cu lapte. Tânjeam după o „dietă” doar când ne umpleam de julituri (ca să

nu mai spunem de atunci când sufeream o fractură) din cauza acestor rele tratamente repetate din partea ugerului vacii din grajd... Iar atunci când un alun sălbatic se mai trezea să crească la liziera pădurii ce nu cunoscuse niciodată stropirea cu produse chimice, asta îți dădea un motiv în plus să zâmbești și să fugi!

Or, trebuie să renunțăm la fructele și legumele rele, recoltate grație folosirii intensive de pesticide și îngrășăminte, pentru a ne concentra pe produsele bio mai rare și mai scumpe și pe uleiurile bogate în acizi grași omega-3, proveniți chiar din mare: din pește, crustacee, scoici... Sau, mai simplu și chiar mai rapid, fiindcă avem nevoie de grăsimi pentru a lupta contra frigului și a rezista în astfel de condiții, să investim într-un grătar cu ra-cletă și într-un combinezon de scufundări (ori de schi)? Inșă trebuie să avem rezerve și motivație, căci ce poate fi mai bun decât un fel de mâncare ce constă în 5-6 felii de brânză, rase peste niște cartofi călduți, împreună cu o bucată de șuncă și cu niște castraveți murați (udați cu un pahar sau două de vin acidulat), toate astea înainte de a ne gândi foarte serios să ne aruncăm în apa rece, nu doar odată cu gerurile de la 1 ianuarie ori cu marile cetacee, în timp ce majoritatea oamenilor zac an după an, de câteva ori pe săptămână, în cada lor cu apă din ce în ce mai caldă.



CE TREBUIE SĂ REȚINEM DE LA PRIETENELE NOASTRE, ANIMALELE

Alimentație și gastronomie

- ▶ Sunt o persoană gurmandă și adaug cu plăcere în mâncarea mea o miere de calitate. Este bună la gust și sănătoasă.
- ▶ în fiecare zi consum mai multe fructe.
- ▶ Fac sport și mănânc doar ca să-mi potolesc foamea, fără prea multe excese.
- ▶ Consum grăsimi bune, ca să devin o persoană mai rezistentă la frig și să trec mai ușor peste iarnă.



ORIENTARE

ȘI MOTIVAȚIE

VIZIBILI IN DECOR PRECUM VACILE

*Vaca are două stomacuri:
unul pentru nevoi imediate,
altul pentru mai târziu.*

Bernard Haller

Putem să avem intoleranță la lactoza din laptele de vacă, să nu bem decât lapte vegetal, să consumăm carne roșie doar o dată pe săptămână și totuși să ne placă să vedem vaci într-un peisaj. Trebuie să fi cunoscut fericirea excursiilor făcute pe drumuri de țară, ca să înțelegeți ce semnifică să zărești, chiar dacă în depărtare, silueta îndesată și albă, pe un fond verde – al unui deal cu iarbă proaspătă sau al unei margini de pădure –, a uneia dintre acele rumegătoare gigantice, cu corpul pătat în mod uimitor cu negru sau maro... Ah, ce animal! Acesta obișnuiește să se apropie de bunăvoie de voi, dacă faceți primul pas, rămânând cu prudență în spatele gardului cu sârmă ghimpată!

Și să nu spuneți nimănui, dar pe acele pășuni

pe care pasc vacile și caii – unii cred că balega atrage doar muștele – toamna crește din abundență frumoasa ciupercă de gunoi ori de câmp, sau „trandafirul pășunilor” (în vechime, „șoarecele-roz”), cum i se mai spune, o rudă apropiată a *champignon-uhii* de Paris, care este comestibilă, conform micologilor. În treacăt fie spus, ciupercile nu sunt considerate plante, iar vegetarienii știu să le combine în bucătărie cu o mulțime de sosuri.

J

»

Cele mai bune ciuperci cresc în pădure, pe sol ori sub trunchiurile copacilor, dacă ploaia a stropit îndeajuns lemnul de-a lungul anului, ori chiar sub pământ, precum faimoasa trufa neagră din Périgord, pe care câinii sau porcii antrenați special să o găsească o reperează la rădăcina arborilor specifici: stejari, aluni, tei etc.

Iar faptul că orășenii foarte serioși pot parcurge în fiecare an sute de kilometri pentru a se înghesui la Salonul Agricol, acolo unde sunt expuse cele mai frumoase specimene de bovine, demonstrează interesul, cel puțin al francezilor, pentru animalele de fermă! S-au îngrămădit, de exemplu, ca să admire muzele ediției din 2019: pe Imminence, o rustică Albastră de Nord ce trăiește într-o cireadă de circa o sută de vaci de 700 kg, fiecare dintre ele putând produce aproximativ 5.000 de litri de lapte pe an. Rasa ei a avut mari probleme, de altfel, fiind în pericol de dispariție în timpul Primului și apoi al Celui de-Al Doilea Război Mondial.

Nu știm dacă, asemenea animalelor, și ciupercile se vor afla în pericol pe pășuni și în păduri din cauza schimbărilor climatice, dar poate că ar trebui să începem să ne gândim la lucrurile astea, depășind frumoasele clișee din emisiunea *Amour dans le pré* („Iubire la țară”) de pe postul TV francez M6, ce continuă să aibă un mare succes și după atâția ani de difuzare, cu încălzire globală sau fără.

Continuăm așadar să admirăm vacile, care sunt vizibile în decor de la depărtare. Și ele se potrivesc la fel de bine în acest rol, pe ecran, ca Marguerite și Fernandel pe afișul filmului franco-italian *Vaca și prizonierul*, ce a rulat în cinematografe din decembrie 1959. Vaca este mai importantă decât puștile și tunurile în această poveste care se petrece în 1943 și care îi oferă lui Charles Bailly, prizonier de război, un pretext pentru a evada în secret din Germania, împreună cu animalul și o găleată de lapte... O vacă care a făcut minuni și ani mai târziu, cu clopotul la gât, în Alpi, când a fost vorba despre vânzarea unei delicioase ciocolate micilor și marilor gurmanzi, aceasta fiind un produs din lapte de origine animală. Desigur că puteți adăuga în rețetă un ingredient vegetal – bucățele de alune sau migdale, de exemplu – și acel ciudat măr al discordiei în codurile publicitare ale mărcii și în mintea clienților. Imaginați-vă cum de Crăciun sau de Paște ciocolatierii trec pe *mode* industrial,

producând Moși Crăciuni și „ouă de vacă”¹⁴ pe bandă rulantă... Dacă reușiți să „vedeți” întregul tablou, veți înțelege importanța culorii (violet) și a logoului respectivei mărci. Știu, deja începeți să vă întrebați: cum se împacă ea cu poveștile despre intoleranțele alimentare și despre gusturile și cererile consumatorilor ce vor să cumpere și să mănânce, mai nou, doar produse bio, și care, fie mici, fie mari, își dăruiesc ciocolată din lapte vegetal (de alune sau migdale) nu doar de Paște și de Crăciun? O adevărată provocare industrială, care din fericire nu are nimic de-a face cu brânzeturile, muuu...

Vacile sunt drăguțe poate doar când le vedeți la televizor ori într-un film, la cinematograful, cu condiția să vă permită distincția clară între pășunea verde și cerul albastru, sub un soare plăcut. Faptul că aceste mamifere apar în apropierea noastră, dar s-au detașat net de rudele lor sălbatice, are ceva încurajator: obișnuința de a purta haine din piele, la fel, chiar dacă nu pentru toată lumea... Cei care nu mănâncă deloc carne de animal nu își pot imagina nici cum ar fi să le poarte pielea, cu atât mai puțin nu-și dau seama ce muncă este depusă pentru a desena, a decupa și a coase genți, valize, geci, pantaloni ori încălțăminte din acest material atât de dificil de prelucrat. Dar, ca noi

14 *Œufs de vache*, în franceză, în original – bomboane de ciocolată produse de compania ABTEY, o afacere de familie din Franța, (n. *trad.*)

toți probabil, vor fi fericiți să constate că, pe lângă muștele din preajma balegilor de vacă și cal, pe pășuni mai cresc margarete și alte flori, care rezistă încă vicisitudinilor și poate nu departe de duzii sălbatici ce atrag și acum albinele. În lumea aceasta prea informatizată și plină de betoane în care trăim astăzi nu este totul pierdut: rămâne încă speranța ascunsă în statura solidă a bovinei, în privirea ei ce pare să ne desfidă umanitatea — în toată frumusețea sau oroarea sa - și în contrastul dintre culorile petelor de pe pielea acesteia... Sau a noastră, acoperită cu piele de animal, din cap până-n picioare uneori; de ce nu am fi noi mamiferele vizibile atât în orașe, cât și în mediul rural!

NEC PLUS ULTRA **CA ELEFANȚII**

*Elefantul s-a întors: ce, nu știți
că rinocerul vrea să-mi ia puterea?*

„Elefantul și maimuța lui Jupiter”,
Jean de La Fontaine

Ne tot gândim că elefanții ocupă prea mult spațiu, singuri sau în turmă, și că pot

distruge totul în calea lor.

Nu folosim oare expresia „ca un elefant într-un magazin de porțelanuri”, atunci când ne referim la un om stângaci sau la o persoană aflată într-o situație delicată ori într-un context nepotrivit? Lumea intră în polemici chiar și în legătură cu simpla interpretare ori traducere a acestei sintagme, în același timp, cuvântul *cornet* desemnează, în estul Franței, un „sac de plastic”, pe când, în orice altă parte, se referă la „cornetul de înghețată”... O vafa în formă de con, din făină de grâu, care conține, în cele mai multe dintre cazuri, un glob de frișcă înghețată, ce vi se scurge foarte repede pe degete vara, când e foarte cald: poate că riscați mai puțin în sensul ăsta cu mult mai răcoritorul sorbet?

¹³ „Care nu poate fi depășit”, în latină, în original, (*n. trad.*)

În fine, elefantul este reprezentat mereu având un dos impresionant, uneori cu o pasăre elegantă în spate, ce îl scapă de insectele supărătoare. Acestea fiind spuse, exista pe vremuri (în Franța) un lanț de magazine denumit Mammouth („Mamut”) – subînțeles „lânos” –, iar în prezent retailerul Auchan® își atrage clienții cu o delicată siglă ornitologică, ca și cum ne-am face probleme în legătură cu dispariția din peisaj a micilor zburătoare (unele chiar se strecoară prin aceste magazine, mai ales în raioanele de legume și fructe, poate tocmai pentru a mulțumi publicului ascultător?) Din nefericire, este adevărat: în

ultimii 15 ani, o treime din populația de păsări a dispărut din regiunile rurale franceze. Un alt vârf al declinului a fost atins în perioada 2008-2009, după o creștere a prețurilor la grâu, urmată de o reluare a utilizării insecticidelor persistente, precum faimoasele neonicotinoide, considerate vinovate de a fi omorât albinele și multe alte insecte folositoare ansamblului biodiversității vegetale și animale... Deci, Mammouth nu mai există, căzut poate sub gloanțele unui război comercial pe care consumatorii nu-l cunosc, dar Auchan® continuă să vândă legume și fructe în apropierea produselor pe bază de grâu, a pâinii și a produselor de patiserie, pe care este posibil ca păsările să le ciugulească noaptea, după plecarea clienților și închiderea magazinelor? Iar de cealaltă parte a Mediteranei, în sudul extrem, mici animale cu pene continuă să se lase delicat pe spatele pahidermelor, care ar putea să distrugă totul cu o simplă mișcare, pe o suprafață considerabilă...

Elefantul african, care atacă cu plăcere și fără vreun mare efort rinocerii, este totuși în largul lui în savană, unde manevrează cu trompa lui crengile, ca un as al baghetei de lemn.

Chiar dacă vegetația, din ce în ce mai săracă în anotimpurile perturbate peste tot de încălzirea globală, riscă să dispară din ce în ce mai mult, odată cu sursele de apă și cele alimentare... încă din 1941, acest elefant își găsea locul cu greu într-un tren și la un circ din America, unde Disney

aducea în scenă, printre mulțimi isterice, un adorabil Dumbo, ce învăța să mânuiască pana de scris și să fure diverse obiecte, ca să-i aducă mulți bani proprietarului său, precum monștrii de la bâlci! Poate fi o vagă trimitere la povestea adevărată de la sfârșitul secolului al XIX-lea, din Londra, despre un bărbat foarte deformat de o boală, John Merick, supranumit „omul-elefant”, și relatată în memoriile unui chirurg, dr. Frederick Treves?

Cu urechi mai mici – „umbrele” pentru cap sub soarele arzător – decât cele ale verișorului său african, elefantul asiatic se plimbă mai des la umbra copacilor din pădurea tropicală umedă, un teritoriu aflat în război, de altfel, împotriva unei specii vegetale de origine africană: palmierul african de ulei (*Elaeis guineensis*)! Printre altele, acesta este folosit pe scară largă pentru producerea unei paste tartinabile, foarte apreciate în Franța, dar mult mai bogată în zaharuri decât laptele degresat de origine animală, cacaua ori alunele...

Viața enormului mamifer părea a fi mai puțin haotică în anii '60, dacă este să dăm crezare reprezentăției acelei defilări militarești a unei patrule de elefanți, sub ochii tânărului Mowgli. Scena apare în *Cartea Junglei*, un lungmetraj al studiourilor Disney, apărut în 1967 și adaptat după lucrarea (1894) scriitorului Rudyard Kipling, născut în Bombay.

Și tot în țara maharajahilor, a regatelor, a

templelor și a vulcanilor, elefanții, care probabil nu înșală pe nimeni, le permit turiștilor mai puțin stângaci să-și ofere niște excursii pe spatele animalelor, în decorurile somptuoase din Bali... Din fericire, erbivorele au picioare groase și un nas - scuze! - o trompă ageră, musculoasă și lungă ca un braț de aproximativ 100 kg (susținută la nivelul buzelor de molarii groși și defensivi din interiorul gurii).

Pe scurt, elefanții știu să facă de toate: să scoată diverse sunete cu trompa lor, să mănânce - zilnic, circa 200 kg de rădăcini, iarbă, plante, frunze, fructe, scoarță de copac etc. -, să doarmă, să meargă kilometri întregi, să defecheze, să alerge, să înoate, să se scarpine, să prindă și să manipuleze diverse obiecte, să deplaseze trunchiurile de copaci pentru efectuarea unor lucrări în pădure, să transporte pe kilometri întregi niște străini în spate -, să se apere, să atace, să facă clovnerii în fața publicului de la circ, să-și găsească drumul, locurile de adăpare (ce memorie are!) și chiar să-și plângă morții, ori să-și „cedeze” fildeșul, transformat apoi în mingi... de biliard încă din secolul al XVII-lea, în clape de pian, nasturi pentru îmbrăcăminte ori statuete ce îi reprezintă chiar pe ei, tronând pe birourile occidentalilor bogați. Iată explicația pentru existența braconajului, a comerțului ilegal cu oasele și fosilele acestor mari erbivori, precum și pentru înverșunarea tuturor celor care, pe drept cuvânt, se tem că o să-i vadă dispărând pentru

totdeauna de pe suprafața Pământului.

Până la urmă, elefanții ăștia vegetarieni sunt foarte curajoși, rezistenți și sportivi. Doar că „e mai bine să-i ai în poze decât într-o cușcă”, cum zice un vechi proverb despre relația între elefanți și oameni, aceștia din urmă fiind omnivori și ducându-se prea des să se afunde terorizați într-un scaun de la cabinetul stomatologic, chiar dacă, sau poate tocmai pentru că, și-au pierdut, bieții de ei, dinții de lapte! Toate acele injecții și extracții de măsele din cauza zahărului consumat în exces sfârșesc, vedeți bine, prin a răni atât gâtul pacienților, cât și pe cel al stomatologilor... Și mai spuneți că, de la genul (de maimuțe) callithrix la macac, trecând prin cimpanzeu, urangutan și gorilă, majoritatea maimuțelor sunt erbivore și se mulțumesc cu nuci, semințe, fructe...

Trebuie neapărat ca noi, oamenii, tineri și adulți, să mâncăm în fiecare săptămână mai puțină carne și mai puține dulciuri, să mergem mai mult pe jos și să petrecem mai puțin timp din viață la acei doctori specializați în bolile tubului digestiv (dentiști, otorinolaringologi, gastroenterologi). Nu ar fi frumos să ne păstrăm propriii dinți până când murim, la fel ca elefanții?

P.S.: Aceste pahiderme nu sunt singurele care au niște mijloace de apărare din fildeș (adică

niște incisivi). Mamuții, dispăruți astăzi, se găseau odată în aceeași situație, hipopotamii, morsele și nar- valii din zilele noastre, la fel. Cât despre mistreți, acuzați că s-au înmulțit prea repede și prea mult atât în Franța, cât și în alte țări europene, și că produc pagube pe câmpurile cultivate, dar și accidente pe drumurile aflate la marginea orașelor, și ei sunt prevăzuți cu niște adevărate „arme” de apărare: este vorba despre caninii sau colții lor, de care caroseriile mașinilor își amintesc multă vreme după aceea.

ACROBAȚI PRECUM CAPRELE

*Când inteligența și sensibilitatea
se află în echilibru perfect, avem
de-a ține cu noi nu un talentat
actor.*

Charlie Chaplin

W

Capra¹⁵ reprezintă titlul unei comedii rock-and-roll și puțin animalieră, cu Pierre Richard și Gérard Depardieu, ce a fost lansată în 1981: este plină de cascadorii și de glume ce pot fi redescoperite în prezent de cinefili. Cerbul face și el parte din familia caprinelor, la fel ca mielul, capra, muflonul ori ibexul. Și ar fi dificil de explicat de ce, de fapt, atunci când ne gândim la capră, ne vine în minte ideea că aceasta este „neînfricăță”. Arătând precum diavolul sau nu, cu copitele mari ori cu niște „încălțări” solide și adaptate habitatului său, așa se rezumă perfect viața unei capre hotărâte, singure ori mergând cu

15 *La Chèvre*, în franceză, în original, (n. trad.)

turma pe munte, un foc cunoscut ca fiind extrem de ostil, și nu doar pentru aerul mai curat de aici ori pentru pantele sale stâncoase și abrupte...

Chiar și vegetația trebuie să se zbată ca să-și găsească locul la aceste înălțimi.

De altfel, *Chamois d'or*, o brânză de capră cu o consistență cremoasă, ce merge așa de bine pe lângă brânzeturile din lapte de vacă, facea furori în rândul tinerilor în anii 1990, prin comparație cu obișnuita *Bûche de chèvre*¹⁶, ce părea cam uscată. Respectiva brânză era întotdeauna prezentată la televizor într-un mod apetisant: îți venea să mergi și să mă-șăluiești prin Alpi ori prin Pirinei, împreună cu excursioniștii bine echipați, purtând încălțăminte potrivită, tricouri și șorturi, care mușcau cu poftă din acel concentrat de lipide energizant! Asta cu muntele e bună vara. Iarna, preferăm combinația de brânză *Raclette*¹⁷, topită,

16 Brânză ușor maturată, fabricată din lapte de capră pasteurizat și originară din regiunea Poitou-Charentes din Franța. Are forma unui baton, iar în exteriorul ei se formează o crustă albă și catifelată. Poate fi mâncată cu o baghetă tipic franțuzească, ușor încălzită, în salate, sau cu fructe ori miere și chiar alături de un pahar de vin alb sau roșu. (n. red.)

17 Brânză aromatică semidură, puțin picantă, obținută din lapte de vacă nepasteurizat și pentru fabricarea căreia se folosesc vechi metode tradiționale din Munții Alpi. Denumirea sa provine de la verbul *racler* („a răzui”), care descrie metoda folosită la început de oameni atunci când o consumau, constând în răzuirea brânzei topite de pe roată

ori hrănitoarea *Reblochon (de Savoie)*¹⁸, cu cartofi, în *Tartiflette*¹⁹.

Iar schiorii profesioniști o știu bine. Nu există stațiune montană din Franța în care să nu existe măcar o „pârtie neagră”²⁰, botezată *Le Chamois*²¹ ori *Le Bouquetin*²², fiind foarte periculoasă, dar care poate fi coborâtă, dacă este abordată cu mult curaj și cu răbdare. *A priori*, este mai ușoară pentru cei ce au trecut pe la ESF, „École de Ski Français” (Școala Franceză de Schi, fondată în 1927), în tinerețe, momentul potrivit pentru a aborda pârtiile verzi, albastre și roșii²³, încercări validate de oficialii fulgi de nea și de stele.

peste pâine, cartofi, carne sau mezeluri. Produsul are o crustă subțire, maroniu-portocalie, o textură cremoasă și un gust puternic (de alune de pădure și ușor fructat). (n. red.)

18 Brânză moale și cremoasă, din lapte de vacă nepasteurizat (provenit de la trei rase diferite de vaci), originară din regiunea Savoia, din sud-estul Franței, în Alpii Savoiei. Are un gust intens de nuci și ușor fructat. (n. red.)

19 Preparat foarte popular, specific bucătăriei franceze, constând în cartofi, brânză *Reblochon*, ceapă, carne sau bacon, (n. red.)

20 Pârtie de schi de dificultate maximă, (n. trad.)

21 „Capra” sau „Șamoa”. (n. trad.)

22 „Ibexul”. (n. trad.)

23 Pârtiile de schi sunt marcate cu diverse culori, în funcție de dificultatea acestora. Semnul verde este folosit în principal în Franța pentru pârtiile foarte accesibile. Traseele marcate cu albastru sunt recomandate începătorilor. Pârtiile roșii sunt de dificultate medie, fiind destinate persoanelor care au cunoștințe avansate de schi, iar cele marcate cu negru sunt de obicei abrupte și recomandate doar celor avansați, (n. red.)

Punctele în plus și distincțiile sunt acordate, desigur, acrobaților pregătiți să se ciocnească în probele de slalom și de viteză – medalii numite „cabri”²⁴, „chamois”, „flèche”²⁵ etc. în aceste cazuri, schiul alpin nu se mai practică pe pârtii făcute cu plugul de zăpadă sau direct în jos, ca și cum schiorul ar fi singur, undeva sus, pe când jos, pe pârtiile obișnuite, este plin de lume. Cât despre schiatul în afara pârtiilor, toată lumea știe că el poate declanșa avalanșe ce ar pune în pericol viețile oamenilor care practică liniștiți acest sport de iarnă, pe trasee marcate și de obicei atât de plăcute, atunci când sunt flancate de brazi impunători...

Ori ne găsim într-o situație periculoasă, pe pârtia „*Le Bouquetin*”, pentru că am fost aduși acolo de alții, mai tari în genunchi decât la minte, ori din cauza timpului nefavorabil, și nu din proprie inițiativă, trebuie să coborâm, orice ar fi. în astfel de condiții, dacă teama este prea mare, experiența se poate dovedi periculoasă pentru respectiva persoană și chiar pentru întregul grup de schiori: există riscul panicării și al accidentării.

Ori o facem cu o oarecare seninătate, fiind capabili să ne evaluăm propriul nivel, considerându-ne apți de a înfrunta ceea ce nu mai este o pantă ușor abruptă, ci un adevărat perete vertical! Dacă e posibil, atunci când zăpada de pe

24 Ied. (n. trad.)

25 Săgeată, (n. trad.)

pantă nu este complet înghețată, trebuie să încercăm să păstrăm ideea de plăcere în timpul a ceea ce poate părea, odată ajunși la bază, o adevărată realizare sportivă și mentală. Adrenalina, fără un minimum de plăcere, nu are sens. Trebuie să învățăm să facem și lucruri care ne aduc puțină plăcere.

Poate că asta înseamnă să fim puțin „nesăbuiți” sau acro- bați, dar fără să riscăm să ne rupem vreo mână sau vreun picior, deoarece atunci adio, plăcere, sport, muncă, prieteni, iubire! Nu mai înseamnă să fim temerari, ci să sfârșim zdrobiți, spulberați și uneori în scaun cu roțile pentru multă vreme, fiindcă nu am știut să ne evaluăm capacitățile fizice, nivelul de anduranță sau nu am fost în stare să refuzăm propunerile altora, considerându-ne „în afara jocului”... Noțiunile de distanță, poziționare în spațiu, perimetru de securitate și cunoaștere a propriilor limite sunt indispensabile când ne aflăm la altitudine! Bineînțeles, la fel și materialele și echipamentele dintre cele mai bune, sticluta cu apă și tabletele de ciocolată sau prăjiturile pentru energizare, care ne vor permite astfel să ajungem întregi în stațiunea de la baza muntelui.

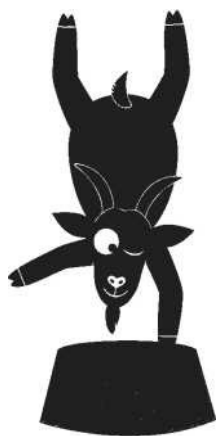
Și să ne mai gândim la păstori/păstorițe, cu bastonul sau toiagul lor, cu câinii (ciobănesc german, australian, de Piri- nei, Beauceron, Border Collie...) și turma acestora, ce se deplasează prin împrejurimi, în afara sezonului

turistic, pe un teren și mai accidentat. Și în zonele cu pășuni, atunci când zăpada nu mai există acolo încât să poată atenua șocul căderii, sau mai rău, cu lupii ori urșii ce le dau târcoale, putem înțelege cât de ușor este să-ți pierzi oile rătăcite de turmă, considerate a fi prea nesăbuite de câinii ce latră deja... Cadavrele însângerate lasă urme pe pietre, dar „gunoierii” naturii sunt acolo să facă o eventuală curățenie. Vulturul bărbos, regele înălțimilor, devorează oasele abandonate după festinul lupilor. Dovadă că, în ciuda copitelor lor adaptate mediului, a simțului escaladei, a largului lor câmp vizual, a inteligenței și a instinctului de aventuriere pe munte, caprinele pot să o dea și ele în bară.

Dar să continuăm să le admirăm pe aceste acrobate vegetariene. Așa cum am aflat din unele documentare, în Italia, de exemplu, ibexul este capabil – pentru că învață de la o vârstă foarte fragedă urmându-și mama – să escaladeze perețele aproape vertical al unui baraj, precum cel al lacului Cingino, aflat la 2.200 m altitudine. Iar asta doar pentru a linge niște pietre ce conțin săruri minerale indispensabile în regimul lui alimentar... Și fără să cadă, el, *asul așilor*, care e un adevărat acrobat, precum Jean-Paul Belmondo în celebrele filme în care a jucat!

La fel ca neînfricatele capre ce fac publicitate în fața unor mașini ori oferă o latură dinamică emisiunii „Iubire la țară” sau documentarelor despre animale, și eu învăț să accept în viața mea

prezența unei oarecare doze de risc și de incertitudine. În momentul în care simt că sunt o persoană capabilă din punct de vedere fizic să fac mai mult, îndrăznesc să risc. Dar pentru a-mi atinge obiectivele propuse, fără a le pune în pericol, trebuie să le cultiv corect și în mod constant și să-mi dau frâu liber chefului de acrobații, chiar dacă acestea par modeste și le-ar putea stârni râsul unora mult mai antrenați decât mine. Nu mă tem să fiu ironizată sau tachinată, avansează cu pași mici, încet și sigur, acceptându-mi limitele corpului, pentru a rămâne sănătoasă și în viață. Este nevoie de ambiție, de membre flexibile, de anduranță, dar, în primul rând și mai ales, de capacitatea de a mă menaja, ca să revin întreagă, fericită și mândră de eforturile mele.



LA ȘCOALA CA SURICATELE

Jules Ferry

Dcă aveți acasă o bibliotecă frumoasă și veche din lemn, plină de cărți ce v-au marcat existența de cititori, ori poate o mobilă simplă de la Ikea, în care v-ați adunat volumele de când erați tineri studenți, și dacă sunteți și proprietari ai unui animal – un cobai, o pisică sau un câine –, atunci probabil că l-ați văzut lungindu-se fericit chiar în fața respectivelor tomuri... Ați rămas înmărmuriți? Ați îndrăznit să vă gândiți că de fapt pe animal îl interesa, de ce nu, cultura ori, mai rău, cultura voastră sau meseria de scriitor? Neajungând chiar până la a vă întreba dacă motanul ori cățelul știu să citească, ați tresărit totuși gândindu-vă la acele ființe umane în viața cărora cărțile nu-și găsesc locul deloc. Imbecili, ei și animalele lor – oare sunt ei sau ele niște animale, trăind fără să citească –, mult mai nefericiți decât voi și mai lipsiți de imaginație?

Cât despre drăguța de cățelușă, ce se relaxează

cu nasul în raftul de cărți - faceți bine măcar să lăsați câteva volume

> > »

la înălțimea labelor, ale voastre sau ale câinelui, nu se știe niciodată când e nevoie de ele -, poate că v-a călcat pe urme în domeniul educației, mai ales dacă ati știut să o țineți în viață ani buni? Dar dacă aveți același câine de mult timp - 10 ani cel puțin - e posibil să fie la fel de instruit precum un copil de aceeași vârstă care a fost deja la școală? Iată, ideea nu vă mai face să surâdeți nici pe voi, nici pe câine: cine e cel mai inteligent, stăpânul sau animalul său?

Pe scurt, aflați că, de fapt, studiile științifice au arătat că și altor mamifere le place școala, mai precis procesul de educație, de transmitere a cunoștințelor, cel puțin de-a lungul coastei atlantice din sud-vestul Africii (în Namibia). Avem aici exemplul suricater, supranumite „santinelele deșertului”, ale căror sunete de avertizare, prin care comunică grupului apropierea prădătorilor sau a altor intruși, sunt studiate cu regularitate, fiind cunoscut faptul că aceste animale au simțuri deosebit de dezvoltate - nu este vorba numai despre văz, ci și despre auz, miros... De altfel, adulții seamănă cu niște câini de vreo 30 cm, având o greutate de aproximativ 700 g și fiind capabili să meargă în patru labe, dar la fel de bine să stea și în două (labe), în echilibru!

Trăind în colonii, fiind niște animale sociale și preocupate de igiena corporală a fiecărui membru

(îngrijirea este foarte importantă la aceste vietăți cu blană), noaptea profită de răcoarea din vastele lor vizuini. Ziua, ies să vâneze în special insecte, scorpioni, eventual șopârle, șerpi, diverse rozătoare, uneori chiar păsări, caută ouă, dar și ca să strângă tuberculi și bulbi de plante. Cu aceste ocazii scrutează, din când în când, orizontul, ca să vadă ce se întâmplă în jur, pe o rază mai largă decât simpla și mica lor siluetă: ca și cum, în afară de a vă ocupa de voi înșivă, vigilența vi s-ar exinde în mod natural, urmărind știrile regionale, naționale etc. în ziare, la radio ori la televiziune.

În această situație, adulții adoptă acea postură de profesor, pentru a-i învăța pe tineri lucrurile esențiale: cum să caute, să identifice, să prindă, să desfacă, să savureze micile creaturi din vecinătate, fără să fie înțepați, mușcați sau omorâți... Adică, îi inițiază în arta culinară. Procesul de învățare presupune mai multe discipline și se face în etape, atât pentru profesori, cât și pentru elevi: tinerii (și cei mai puțin tineri!) învață să dea dovadă de răbdare și de ingeniozitate, cu scopul de a evita capcanele și riscurile la care sunt expuși atunci când atacă niște creaturi prea iuți ori cu un venin prea toxic...

Iată o demonstrație în legătură cu un scorpion: cum învață un tânăr să-l recunoască – adultul îi dă acestuia un scor

>

pion deja mort, așa că micuțul nu trebuie decât să se ospăteze liniștit din el... Mai târziu, lecția

devine ceva mai complexă: puiul trebuie să-și înfrunte temerile și să demonstreze că este mai rapid decât dușmanul, viu de data aceasta (nu, nu e o luptă dintr-un joc video, este „legea junglei”, dar de data asta în deșert, pentru a învăța să supraviețuiască în condițiile dificile și solicitante ale acestui mediu) – proful aduce un scorpion rănit, căruia i-a fost scos acul. Obiectivul: elevul trebuie să fie mai priceput decât animalul din fața lui, pregătit să înțepe, și să-l înghită, nici prea cald, nici prea rece! Pe scurt, oricare ar fi specia studiată, elevul este chemat să se confrunte cu lucruri și situații din ce în ce mai complicate. Sigur că pentru adulți a transmite atâtea cunoștințe presupune un anumit consum de energie, dar rezultatele compensează efortul depus: elevii sfârșesc prin a reuși să-și găsească propriul drum și să se descurce, chiar într-o situație dificilă și într-un mediu extrem. Cireașa de pe tort, ca și la oameni: profii nu sunt neapărat părinții „puștilor” care frecventează cursurile, fără să tragă chiulul. Educație foarte modernă, deci!

Când am ocazia să studiez, fiind o persoană tânără, aleg orientarea de care sunt interesată și o fac cu seriozitate, chiar dacă, la prima vedere, școala este grea, temele sunt dificile și educația nu pare să fie o chestiune de supraviețuire. Ca adult, dacă mi se oferă șansa de a urma niște cursuri de reorientare profesională, având

dreptul la o nouă șansă de a mă forma, îndrăznesc să-mi schimb meseria, și uneori chiar compania pentru care lucrez, făcând, poate, ceva pe cont propriu. Fiindcă vreau să lucrez într-un sector în care mă simt o persoană mai utilă și mai împlinită. Uneori, este greu atunci când vrem să ajungem undeva — „câștigându-ne pâinea” -, trebuie să mâncăm sănătos, să ne simțim bine în pielea noastră și să avem un acoperiș deasupra capului. Dar mai este nevoie să știm și să ne bucurăm puțin în fiecare zi, nu doar să muncim!



URMĂRIND ÎNTOTDEAUNA UN OBIECTIV LA FEL CA PĂIANJENII

tesem cl^slimit iniscâiuUc-l clin

noi/

^aicuv^AiiÂy ^nzzabcnc.

François Mauriac



Să vă propuneți întotdeauna un obiectiv, încercând să fiți la fel de riguroși precum acești geometri sau topografi cu opt picioare, nu e deloc ușor... De fapt, păianjenii își folosesc membrele ca la carte - picioarele și chiar părți din gură - asemenea unor andree, ca să „tricoteze” capcana absolută, ce va prinde în plasa ei lumea bună! Este o pânză țesută și rețesută cu dexteritate, la nesfârșit și fără vreun ajutor, sau aproape, dacă excludem punctele de sprijin vegetale ale lucrării lor. Ca și cum nu ar mai trebui să te chinuiesti cu orele obligatorii de mate, ci să asisti doar la cele facultative, ale

clubului de cusut, organizate după-amiază la școală ori miercurea, pentru adulți, fiindcă geometria se ascunde peste tot: de la pânza discretă a păianjenului din grădină, la cea a celebrului Spider-Man („Omul-Păianjen”) dintr-o serie de filme de mare succes, trecând prin rețelele secrete ale internetului, până la motivele repetate pe puloverele de lână sau pe frescele descoperite în orașele mayașe ori incașe etc.

Matematică, cifre, linii curbe, drepte, triunghiuri ori chiar cercuri în apă, trădând prezența insectelor acvatice, sau bulele de aer produse de amfibieni, fulgi de nea în formă de hexagon ca alveolele fagurilor de miere, ca harta Franței, sau uneori țesături mai mult sau mai puțin vagi ale pănzelor de păianjen, tensionate sau mai mult ori mai puțin elastice, în funcție de condițiile de umiditate, de temperatură, de direcția vântului... Pânze ce pot părea reușite din punct de vedere geometric sau, din contră, cu adevărat haotice, cel puțin la prima vedere. Sau poate nu, dacă le privim mai de aproape, cu lupa?

În sfârșit, la fel ca scorpionii și acarienii din familia lor, un fel de zei Shiva ai lumii animale, păianjenii au opt picioare care, subțiri sau groase, nu contează, îi fac să cadă în transă pe arahnofobi! Asta când nu fac direct un atac de panică, încremenind pe loc, chiar înainte de a se umfla ca niște baloane (edemul Quincke) sau ca niște pești-balon...

O soartă destul de nedreaptă dacă ne gândim la admiratorii, totuși puțin numeroși, ai acestui monstru – păianjenul – și ai operelor sale, pasiune pe care și-o întrețin la cinematograful sau cu ajutorul benzilor desenate ce povestesc aventurile agilului Spider-Man, un tip suplu, deci și fără vârstă, care plutește în aer, printre clădiri, cu capul acoperit de o cagulă, purtând niște colanți și un tricou mulat. Acest rege al cascadoriilor urbane, poate un adept banal al escaladelor pe stâncile naturale, cu fața descoperită în restul timpului, are fericita idee să-și care echipamentul direct în costum: ceva cu care să se asigure, fără cârlige, dar cu corzi, ca un fir de mătase de păianjen care îi iese din pumnii supli, în realitate, în cazul păianjenilor, din abdomen trei perechi de canale – de glande – secretă o mătase lichidă transformată în fibrile, apoi în fire elastice rezistente, care permit, în funcție de specie, formarea firelor, a plaselor sau a pânzelor regulate ori neregulate.

Unii păianjeni lucrează, de exemplu, țesând firele. E ceea ce face păianjenul de grădină ori cel de casă: știți voi, chestia aia maro și păroasă careia pare să-i facă o plăcere diabolică să surprindă oamenii seara, nu departe de oglinda din baie, sau, mai rău, dimineața, sub aspiratorul pregătit să fie folosit la curățenie, sau chiar mai tonic, pe peretele din sufragerie, în timp ce lumea s-a instalat liniștită pe canapeaua din piele, cu lumina stinsă, concentrată pe un thriller cu un bu-

get impresionant, menit să impresioneze cu totul: cu sunetul său și cu imaginile virtuale, pe un ecran uriaș! Și toate acestea pentru o creatură minuscule, cu opt picioare, ce se plimbă în realitate prin cameră...

Alții, artiști ai naturii, realizează opere de artă în nici o oră, uneori în formă de soare ca în desenele copiilor. Țesătura razelor pornește din centru și restul se face ca o spirală împletită deasupra, cu porțiuni uneori apropiindu-se de mijloc - centripete -, alteori depărtându-se de această parte esențială, ce constituie inima pânzei, într-o mișcare centrifugă. Fiecare țesător, ori țesătoare, cu tehnica sa! Diversitatea acestor plase de pescuit arhitecturale demonstrează că frumusețea pânzei nu e esențială pentru toți păianjenii. Scopul este „pescuitul”, cum spun tinerii: mâncarea adică și, eventual, reproducerea. Creativitatea este secundară, instinctivă. Nu se pune deci problema, pentru aceste minuscule nevertebrate sălbatice, de dorința de a-și impresiona puii - dacă nu imensele vertebre care se pot înspăimânta! - cu pânze de câțiva centimetri ori de mai mulți zeci de metri, spânzurându-le delicat între tijele plantelor, cu flori sau nu, pentru a vedea lumea în culori, eventual primăvara sau vara la răsărit...

Este adevărat că pânzele sunt mai ușor de observat atunci când sunt acoperite cu boabe de rouă ori luminate de scânteierea unui început de zi care se anunță însoțită. Deci, nimic

surprinzător că sunt mai vizibile – și, în plus, intrarea la expoziție e gratuită... – în preajma bălților din zonele rurale, asemenea operelor păianjenilor țesători de pânze rotunde, poziționați adesea cu capul în jos, pândind mijlocul „tabloului” și așteptând ca o insectă să-și prindă piciorușele ori aripile înăuntru!

Dacă am chiulit de la orele de matematică atunci când eram la școală, acum, fiind o persoană adultă, încerc să recuperez, înțelegând, o dată pentru totdeauna, că cifrele și chestiunile de unghi (ca cel pe care îl formează acele ceasului meu de mână), simetria și geometria se ascund și în natură — și ea ne poate învăța ce înseamnă precizia sau exactitatea. Foarte importantă în viață nu numai pentru a ajunge la timp și bine îmbrăcat la o întâlnire!

GRĂDINARI CA ȘOARECII

cw ccmdbtia să calce/ pe/ ș&ilcci/

Philippe Geluck

In viața reală, oamenii nu iubesc șoarecii, cu excepția poate a celor din desenele animate ale lui Walt Disney ori produse de Warner Bros. În acest caz, vorbim despre celebrul Mickey Mouse, născut în 1928, și de iubita lui, Minnie, amândoi complici ai câinelui Pluto, ori despre Jerry, drăcușorul care din 1940 îl calcă pe bățături pe motanul Tom. Pisicile își petrec timpul vânând șoareci, dar continuă să se îngrășe din cauza mâncării speciale pe care le-o dau oamenii, aceștia mulțumindu-le, poate inconștient, pentru că îi scapă de maleficia șoriceii din casă ori din apartament...

Uneori, aceștia îi fac pe oamenii de rând să se gândească la animăluțele de laborator, albe și cu ochi roșii, tinute în cuști și supuse la tot felul de teste cutanate ori de comportament, poate „inumane”... exact! Alteori, dintr-odată, ne evocă mizeria fostelor cartiere din acele epoci în care, în realitate, străzile erau pline de rozătoare mult mai mari, dar din aceeași familie: șobolanii, ce mișunau printre cadavre. Multă vreme au circulat povești despre aceste creaturi, responsabile de apariția ciumei negre, care în secolul al XV-lea omora 50 de milioane de europeni, fiind capabilă să ucidă în doar câteva zile o familie întreagă. În fața inamicilor invizibili, se vorbea despre teroare. Un oraș ca Marsilia, situat în sudul Franței, și-a pierdut în felul acesta, în mai puțin de un an, în vara lui 1720, jumătate dintre locuitori. Cădeau ca muștele... La sfârșitul secolului al XIX-lea, unul

dintre adep- ții lui Pasteur, Alexandre Yersin, găsea în corpul șobolanilor un potențial responsabil al declanșării pandemiilor: un bacii pe nume *Yersiniapestis*, pe care l-a izolat la Hong Kong. Mai târziu, la Bombay, un alt adept al lui Pasteur identifica niște purtători ai bacteriei (de la rozătoare la om): puricii șobolanilor. Ipoteza a fost reiterată în secolul XX, când acuzațiile au fost îndreptate, de data asta, asupra puricilor și a păduchilor umani. Pe scurt, prezentă încă în secolul XXI în unele țări sărace din emisfera sudică, ciuma a ucis, între anii 2010 și 2015, conform Organizației Mondiale a Sănătății, aproape 600 de indivizi, chiar dacă în realitate cei afectați sunt de cinci ori mai numeroși...

O victimă deja slăbită poate muri în trei zile de forma pulmonară a ciumei, ori într-o săptămână, de ceabubonică. Asta nu înseamnă că trebuie să acuzăm toate rozătoarele planetei: de la adorabilul șoricel domestic, la maleficul șobolan cenușiu sau la șobolanul-cârțiță, trecând prin familia ham- sterului sau a cobaiului cu care se joacă copiii și ajungând la veveriță sau la castorii americani ori europeni. Și nici milioanele - miliardele - de mouse-uri („șoarecii” din domeniul informatic), pline de bacterii sau de virusuri, care la rândul lor au invadat, de o manieră mai vizibilă, nu solul, de data asta, ci aproape întreaga noastră viață cotidiană!

Există un risc, evident mult mai mare, de contaminare bac- teriană sau virală de la un

șoarece, sau poate într-o sală de examinare dintr-un spital, într-un laborator de cercetare medicală și un start-up al lumii digitale în plină dezvoltare decât acasă, în modestul vostru birou. Dar atunci ce lucru constructiv sau util putem spune în legătură cu o posibilă legătură între șoareci și oameni? Puteți - sau pot doar eu - să vă purtați ori să gândiți ca un șoarece și în ce fel v-ar folosi asta?

Ei bine, dacă Mickey ni se pare așa de simpatic este poate pentru că latura folositare a șoarecelui era mai evidentă în anii 1920, pe când lumea era mai mult agrară decât industrializată, iar pământul conta mai mult decât războiul... Rezultatul: indivizii pe care încă nu-i numeam agricultori, dar care munceau pământul fără motoare electrice, pentru că trebuiau să mănânce bine, remarcaseră probabil, cu un oarecare amuzament, că șoarecii se zbenguiau prin găuri, scormoneau solul, care dintr-odată se aera ca și cum ar fi fost răscolit cu furca! Și munca asta cu furca poate fi extrem de grea, cea de care e nevoie ca să răstorni și să oxigenezi solul: toți micii grădinari o știu prea bine...

În plus, șoarecele perpetuează un mod de viață îndepărtat de cel aerian, al păsărilor (adesea diurn), ce depun ouă asemenea reptilelor, și chiar dacă neașteptat, mai apropiat de cel al liliecilor, mamifere nocturne, ce trăiesc mai mult cu capul în jos în repaus, dar care știu să zboare cu capul sus (și ai căror embrioni se dezvoltă, ca la toate

mamiferele, în uterul mamei). Totuși, asemenea păsărilor și liliecilor, șoarecii împrăștie semințele doar deplasându-se, facilitându-le astfel călătoria și reducând declinul biodiversității vegetale, în fine, și aici este vorba mai mult despre salvarea unor specii mai mari de animale din lanțul trofic: șoarecele e, poate, prada pisicilor din orașe, dar în stare sălbatică, la țară, le trezește instinctele ucigașe răpitorilor de noapte, târâtoarelor precum șopârla ori șarpele sau vânătorilor precum vulpea sau chiar lupul! Cu atâta rezistență și abilitate la grădinărit și la joaca de-a v-ați ascunselea cu cei mai mari ca el, ar trebui să ne scoatem pălăria în fața șoarecelui, nu credeți?

Moarte șobolanilor ori stop pisicilor? Și să mai terminăm cu acest dezgust pe care îl avem cel mai adesea față de șoarece, ce face atât de mult bine solului, chiar în suferință. Probabil că îi ajută — chiar dacă ei nu prea sunt conștienți de asta — și pe grădinarii neprofesioniști care, deși își iubesc și își cultivă cu mare grijă mica bucată de teren, nu dispun decât de o greblă și o furcă. Tractoarele sunt pentru agricultori... Uitați, eu trăiesc la oraș, într-un apartament. Dar dacă aș fugi la florărie să-mi iau câteva ghivece de flori, puțin pământ, niște semințe, o lopățică și o furcă, ca să-i imit pe șoarecii-de-câmp?



DULGHERI PRECUM CASTORII

*Femeia își cumpără haine de blană
pe spinarea a diverse animale.
Vidra, de exemplu, castorul și iepurele
(care folosește pseudonime).
Dar, în principal, a bărbatului.*

Hervé Lauwick

Poate chiar și castorii se distrează când află că
zidarii și instalatorii profesioniști, asemenea
tinerelor cupluri, merg la cumpărături de
materiale de construcții (lemn, și nu numai:
marmură, cupru, cositor etc.) la Castorama® (un
retailer francez de bricolaj și materiale de

construcții)?

În fine, e posibil ca drăguțul de castor care se bălăcește în iaz, stăpânul barajului sau al adăpostului său, să se bucure de foarte multă apreciere în rândul meșteșugarilor și al artiștilor... Simone de Beauvoir (1908-1986), libertina scrijelitoare pe hârtie, filozoafă și romancieră - ce scrie în celebra sa carte *Al doilea sex*: „Nu ne naștem femei, ci devenim.” (1949) -, nu era oare numită „Castorul” de către colegul ei filozof, Jean-Paul Sartre (1905-1980), autor al lucrărilor *Greața*, *Imaginarul*, *Ființa și neantul*, *Reflecții despre chestiunea evreiască*, *Existențialismul este un umanism* sau *Serisori către Castor...*⁷.

Iată și un pont: se pare că originea acestei porecle date de Sartre lui Beauvoir nu are legătură nici cu micul mamifer inteligent, cu un „creion gros de lemn” între labe, nici cu Castor și Pollux - elefanții inseparabili, păstrați în captivitate în menajeria Grădinii Botanice din Paris și uciși, apoi mâncați, la sfârșitul anului 1870, în timpul asediului Parisului -, ci cu supranumele dat acesteia de René Gabriel Eugène Maheu, profesor de filozofie la Londra, deoarece în engleză termenul care desemnează „castorul” este *beaver*. *Beaver*, Beauvoir: rămâne să hotărâți singuri dacă această comparație vi se pare puțin trasă de păr ori logică și amuzantă. De unde și ideea că nu trebuie să fiți neapărat perfect bilingvi pentru a

face schimb de scrisori cu indivizi ce vorbesc o altă limbă – traducerea *mot à mot* rămâne mereu riscantă –, în timp ce a avea ureche muzicală și un oarecare umor universal și a vă purta cu o oarecare lejeritate vă permit să legați prietenii dincolo de frontiere și să vă înțelegeți cu ceilalți în punctele esențiale, în ciuda tuturor neajunsurilor...

Oare castorul posedă atâtea calități? Cu coada lui lată și groasă – cârmă și nu numai – , pe vremuri era mult mai răspândit în Europa decât nutria din America de Sud, adusă pe continentul nostru în secolul al XIX-lea și supranumită „castorul bălților”, pentru că seamănă vag cu castorul european, ce odinioară era răspândit până în Asia, înainte de a fi vânat de oameni pentru carne, blană și glandele anale! Acestea din urmă secretă *castoreum*, o substanță cu miros de mosc, care •* > ^z îi permite animalului să-și marcheze teritoriul, fiind folosită în „medicină” ca afrodisiac sau ca tratament împotriva durerilor de cap, a febrei etc., și care conține acid salicilic, apropiat de principiul activ al aspirinei...

În prezent, mai putem găsi *castoreum* în străinătate, în parfumerii, ori sub formă de arome în magazinele de dulciuri, de băuturi ori în gelaterii. Trăiască congelarea, chimia organică ori bucătăria moleculară?

Fiind amenințat cu dispariția, castorul a devenit o specie protejată (la fel ca nutria). În ultima vreme, a început să revină în zonele umede de unde dispăruse, exact ca meșteșugarul de duminică la Castorama®... Din fericire, pentru că

este un expert în silvicultură și în construcții, e cel mai bun paznic al pânzelor freatice, rezervoarele noastre de apă dulce! Muncitor neobosit, tăietor de lemne, scufundător ingenios în râuri și specialist al întreținerii mediilor acvatice din păduri, castorul este adaptat acestui ecosistem grație anatomiei sale craniene și psihologiei pe care o îmbrățișează.

Are o excelentă vedere nocturnă, *un pince-nez* natural - nări obturabile -, o dantură rezistentă (problema e că nu se mulțumește să mestece visător capătul creionului colorat sau nu) și peri specializați pe cap, care îi permit să simtă lucruri ce nouă ni s-ar putea părea invizibile noaptea, fără să riște „să încline steagul”, în ciuda absenței luminii.

Capacitatea sa de termoreglare este legată de un membru la care nu v-ați aștepta, și anume coada - pe care vara castorul și-o înmoaie în apă rece, ca să-și reducă temperatura internă -, precum și de blana lui, care îi ține destul de cald peste stratul de grăsime, ca să poată suporta mai ușor frigul iernii... Asemănător cu solitara vidră, a cărei familie a fost descrisă în 1838 de ornitologul și omul politic francez

Charles-Lucien Bonaparte (1803-1855), nepot al generalului și al primului împărat al francezilor, Napoleon Bonaparte (1769-1821), castorul este totuși foarte frumos în haina lui care îi tine loc și de combinezon de scafandru. Iar cireasa de pe tort: acest animal e și vegetarian, și ecologist. Nu

consumă carne, nu cântărește mai mult de 15 până la 35 kg, la o lungime de 70 cm până la 1,35 m, și preferă să se hrănească cu plante sălbatice, pe care le poate digera de două ori, dacă excrementele lui moi nu sunt înghițite înainte de peștii din vecinătate, gurmanzii lui de pești!... în plus, e monogam! Un romantic adică, la fel ca dulgherul de duminică.

Dacă în vremurile în care încă ne jucam de-a Războiul nasturilor sau de-a Robin Hood prin păduri am participat deja în echipă la construirea unor mici cabane sau adăposturi, doar folosind crengi, cu sau fără frunze, unde să ne ascundem cu toții, odată ajunsă o persoană adultă nu-mi voi abandona niciodată pasiunea pentru lemn. Și dacă nu am mijloacele necesare pentru a-mi achiziționa o haină de castor și nici inventivitatea ce vine la pachet cu ea, voi investi într-un impermeabil, nu foarte scump, care îmi va permite totuși să înfrunt umiditatea, fără să mă înec sub ropotul picăturilor de ploaie, pe când îmi fac plimbarea obișnuită undeva pe un drum de țară sau până la Castorama®.



CE TREBUIE SĂ REȚINEM DE LA PRIETENELE NOASTRE, ANIMALELE

Orientare și motivație

- învăț să ies din zona mea de confort și să-mi asum mai multe riscuri în viața de zi cu zi.

>

- Avansează pas cu pas: încet, dar sigur, fixându-mi obiective realizabile.
- învăț toată viața că să-mi pot cultiva setea de cunoaștere și că să lucrez într-un domeniu în care să mă simt o persoană împlinită.
- Mă plimb mai des în natură, învățând astfel și științele precise: simetria și geometria se găsesc peste tot înjur.



**REACTIVI LA
UNDELE
LUMINOASE,
SONORE ȘI
ELECTROMAGNETI
CE**

UMFLAȚI CA PEȘTII- BALON

Sfi[^]süsaüi UM cacștc mMb, ctv

CMidUia

ca/ țf)LunnM&u/ să le/ dea zl/lc/.

„Peștișorul și pescarul”,

Jean de La Fontaine



Când se simte stresat sau abordat de prea aproape, deranjat, pește-balon are o strategie de apărare care îl face foarte vizibil și să arate nostim: pare că se umflă cu aer, peste tot, chiar și la nivelul capului. Astfel, acesta devine, în funcție de nivelul de cunoștințe al scafandrilor ori al vizita

> > >

torilor acvariului care asistă la spectacol, fie comic, fie surprinzător ori de-a dreptul neliniștit.

Mai rău e că, în starea lui normală, cea de calm, acest pește din mările tropicale, ce are neșansa să pară foarte drăgălaș, asemenea lui Gizmo (un *mogwai*) din filmul *Gremlins* („Gremlinii”), sfârșește uneori drept o veioză foarte urâtă! Când înoată liniștit, dă impresia că

zâmbește în permanență. Dar, în momentul în care îl deranjează ceva ori de el se apropie un pește dintr-o altă specie, identificat ca un potențial pericol sau nu, dintr-odată se umflă! De altfel, când Nemo se află închis în acvariul dentistului, se întâlnește cu faimosul pește-balon, care se umflă atât când vrea să spună da, cât și pentru nu, adică de fiecare dată când se supără și când „dințarul” își scoate instrumentele de tortură cu roțițe ori cu aer rece, ca să măcelărească cu grație gura pacientului său american carnivor.

Sub apă, deci, peștele de la tropice se umflă cu apă, dar este capabil să o facă și cu aer. Poate că este o metodă de a le transmite intrușilor prost-crescuți: „Mă umflați sau îmi pompați tot oxigenul? Aer, trebuie să respir!”

Povestea nu ne spune însă dacă acest pește se umflă și cu apă, și cu aer atunci când i se face prea cald în mare. În tot cazul însă, metoda pare eficace de cele mai multe ori. Poate că oamenii ar trebui să ia exemplu de la peștele-balon, afișându-și cu sinceritate, pe față, starea de spirit dintr-un anumit moment ori dintr-o perioadă a vieții lor și admitând fără ezitare: „Nu sunt de acord, mă umflați cu prea mult aer! Lăsați-mă în pace!”, înainte de a sfârși morți prin asfixiere, într-o situație sau într-o mulțime în care se simt inconfor-

tabil. Și ca să nu mai fie luați vreodată drept niște dezumflati...

Rareori îmi ascund exasperarea în fața cuvintelor, a acțiunilor și a oamenilor care mă necăjesc. Nu ezit să fiu o persoană „umflată” în afirmațiile pe care le fac (sperând să nu înghit prea mult aer în timpul discursului în care mă apăr): sunt propriul meu avocat, ca peștele-balon...



FLUORESCENȚI NOAPTEA CA MEDUZELE ȘI CORALII

OAJ^VW nCAJbaiCs

să/ cn&dbenv wv waw.

Jean-Yves Boulic

Zuia sunt albe, negre, tigrate sau pătate. Noaptea, când ochii le strălucesc ca niște faruri albe de la mașini (pe vremuri în Franța, din 1936 până în 1993, galbene ca flacăra unei lumânări, pentru că această lumină era considerată mai puțin orbitoare), ni se pare că toate pisicile sunt negre. Dar pentru cel ori cea de

la volan imaginația e mai prolifică la orele nopții. Mai ales când prinde o viteză mare, când nivelul de concentrare și de vigilență al întregului sistem nervos diferă în raport cu al celorlalți călători sau pasageri, în special la orele la care, în mod natural, corpul se pregătește de somn, la lumina stelelor... Specia umană a ieșit de mult timp din peșteră, dar rămâne diurnă, adică mai activă ziua. Ca urmare, acuitatea vederii sale se diminuează odată cu lăsarea serii. Și în plus, când începe să bată vântul și își mai bagă coada și ceața, ori ploaia - sau mai rău, ninsoarea -, condusul poate să se transforme repede într-un infern. Deci, dacă aceste animale cu o „privire ciudată” noaptea ar fi avut strălucita idee să poarte faimoasele veste de culoare gal- ben-fluorescent, cu benzi argintii, poate că noi nu am mai fi ajuns să le confundăm, prin ceața apărută brusc, cu niște fantome ori cu cine știe ce creaturi monstruoase... Și poate că acele semnale luminoase ca niște panouri strălucitoare aflate pe șosele ar reuși să mai reducă din gravitatea și frecvența accidentelor, a ieșirilor în decor, a tamponărilor de copaci sau cu alte mașini ori a lovirii unor pietoni, la țară, dar și la oraș.

Pe scurt, îmbrăcați cu vestele lor fără mâneci, vizibile în mod diferit noaptea sau ziua, oamenii s-au mulțumit să copieze natura, cu scopul de a reduce gradul de mortalitate de pe șosele. Sau poate că a făcut-o stilistul care a creat acest tip

de haine. Karl Lagerfeld însuși, cu ochelari negri, mănuși și smoching pe sub vestă, ca un pasager extrem de șic pentru un exercițiu la bordul unui vas de croazieră, nu a ezitat să intre în apă ca să-i facă reclamă. Să precizăm că, alături de triunghiul roșu și de sloganul „E galbenă, e urâtă, nu se asortează cu nimic, dar vă poate salva viața!”, celebrul director artistic al Casei Chanel poza pentru acel instantaneu din 2008 în sprijinul siguranței rutiere, cu ajutorul a nu mai puțin celebrului software Photoshop. Trăiască publicitatea nocturnă, trucată deci! Pentru că în viața reală șoferul se expune unui risc pe orice șosea conduce, chiar din momentul în care este obligat să părăsească de urgență, noaptea, habitaculul cuștii de metal, armura protectoare, mergând pe marginea drumului, dacă nu cumva chiar printr-un șanț plin cu ierburi înalte. Tractoarele (asemenea utilajelor de dezăpezire iarna) sunt niște autovehicule utile, dar care nu-și pot petrece toată ziua pe șoselele unei țări pentru „a curăța” ceea ce ajunge să dea pe dinafară în zonele udate frecvent...

Tocmai în „țara sirenelor” se găsește cea mai impresionantă manifestare a acestei luminoase inspirații de origine naturală. Astfel de creaturi acvatice din încrengătura *Cnidaria*, printre care meduzele, anemonele(-de-mare) și corali, sunt animale primitive, carnivore, de apă dulce și sărată, ce trăiesc la adâncimi mici, dar și în canioanele abisale.

De mulți ani oamenii de știință trag semnale de alarmă pe tema barierelor de corali care se albesc și mor literalmente de cald în zonele tropicale! Consecința: coastele din aceste regiuni sunt în pericol, insulele ajung să fie ciopârțite, iar siguranța alimentară a oamenilor nu mai este întreținută prin intermediul unui pescuit durabil, fiindcă vegetația marină și peștii ce trăiesc în simbioză pe și în jurul recifelor de corali dispar odată cu aceste habitate care îi protejează.

În mod normal, coralii și meduzele sunt ființe solitare sau organizate în colonii. Se întâlnesc în apele reci unde sunt ignorați de marele public, dar îi atrag pe scufundătorii curajoși și pe cunoscători. Cresc mult mai lent decât verii lor din apele calde, care trăiesc mai aproape de suprafață în zonele tropicale cu o puternică activitate vulcanică submarină și unde soarele bate cu putere. Acolo, coralii nu sunt niște „fețe palide” atunci când sunt bolnavi, ci foarte colorați și fosforescenți noaptea, sub lumina lunii!

Ziua, echipați doar cu un simplu șort, o mască, un tub de respirat sub apă și niște labe de scafandru, este posibil să-i admirați culorile – când sunteți într-o excursie sau în timpul unei scufundări –, mergând de la roz la violet, turcoaz, nuanțe de verde, albastru, portocaliu, galben etc. Un spectacol vibrant splendid, garantat, ori, din contră, deprimant ca moartea, când devin albi ca laptele de vacă! Impresia că vizitează un cimitir îi poate face pe scufundători să simtă că se sufoc,

trăind o spaimă cu atât mai greu de stăpânit cu cât este legată de o creștere puternică a temperaturilor în regiune, din cauza schimbărilor climatice ce au loc la nivelul planetei. În caz de poluare ori de criză, excesul de căldură duce la pierderea vegetațiilor primitive din țesuturile lor: este vorba despre minusculele dinoflagelate unicelulare, niște alge microscopice care le dau acele culori ziua și le fac fluorescente noaptea. Doar profesioniștii, biologi ori scafandri, dispun de tehnici și de aparate de filmat costisitoare care îi ajută să observe cât mai exact aceste fenomene naturale uimitoare.

Dar în laboratoarele de cercetare științifică, ca și în marile acvarii, unde deopotrivă cei mici și cei mari pot profita în mod egal de ceea ce descoperă, specialiștii elaborează metode de încălzire și de iluminat prin tuburi albastre, la lumină neagră etc., pentru a reproduce în mod artificial această revelare a invizibilului pentru ochii obișnuiți ai muritorilor... Fără să intrăm în prea multe detalii, fluorescența reprezintă absorbția unei lumini excitatoare, la o anumită lungime de undă, și reemiterea ei la o altă lungime. Astfel, o specie de coral, inundată cu o lumină albastră sau neagră (compusă din violet și UV aproape de vizibil), de exemplu, o trimite înapoi într-o altă culoare (verde, galben etc.). Această reacție îi permite animalului – coralul aparține regnului animal, chiar dacă are și organisme vegetale în țesuturile lui – să se

protejeze de efectele negative ale razelor de soare. În fapt, lumina pe care Soarele o trimite pe Pământ reprezintă o radiație electromagnetică din care o parte este vizibilă pentru ochiul uman (pentru lungimile de undă cuprinse între 380 și 780 nm) și alta invizibilă, alcătuită din ultraviolete (UV, de la 40 la 380 nm) și infraroșii (IR, de la 780 nm la 1 mm). Razele UV pot provoca grave leziuni ale ochilor și ale pielii, mai ales la persoanele cu ten alb și ochi deschiși la culoare, „bronzarea” fiind un efect natural de apărare, dar insuficient pentru cei mai sensibili: de unde obligativitatea de a purta ochelari adaptați și de a proteja epiderma, chiar și în apele din zonele de risc. Asta face și coralul, expus în mod periculos la UV, dar care are nevoie de lumina soarelui, dacă trăiește în ape cu o adâncime mică. Proteinele pe care i le aduc organismele vegetale cu care trăiește în simbioză – dinoflagelatele unicelulare, microalge ce realizează fotosinteza asemenea plantelor de uscat (atât de utile producției de materie organică și care eliberează oxigen, facilitând respirația mamiferelor și nu numai...) – se numesc fotoprotectoare. Pe lângă faptul că sunt colorați, pigmentii fluorescenți ai coralilor, capabili să convertească razele nocive ale soarelui în lumină cu alte lungimi de undă, vor acționa și ca antioxidanți, drept răspuns la stres! Propria poveste din 2018 nu ne spune încă dacă vom vedea în curând pe coastele franceze ale Mediteranei crescând corali ca aceia din Marea

Roșie, dar organismele fluorescente, galbene, roz sau portocalii vor avea zile bune în viitor doar dacă galii vor continua să-și manifeste preocuparea pentru creșterea puternică a nivelului oceanelor și pentru încălzirea globală...

îndrăznesc să port tușe de galben-fluorescent pe haine ori pe bascheți, chiar dacă nu am mașină, și deci nici vesta din dotare, ignorând prețul litrului de combustibil, pentru că merg mult pe jos, dar nu și pe cel al sticlei cu apă, deoarece trebuie să mă hidratez cu regularitate. Pe jos - în mers? O, da... —, alergând uneori chiar și seara, fiindcă picioarele mele nu sunt pneuri, iar deplasările sunt mai lente decât cele într-un automobil condus de un șofer eventual „aburit”, după un pahar sau două, investesc cu regularitate în niște încălțări bune și în veste care să fie vizibile în timpul curselor mele nocturne.

ELECTROSENSIBILI CA ORNITORINCI

*Doar simturile pot vindeca sufletul,
aşa cum doar sufletul
poate vindeca simturile.*

Oscar Wilde



Atenție, povestea asta o să vă dea fiori reci pe așira spinării, în ea fiind vorba despre un mamifer veninos, cu blană și cioc de rață, plin de senzori (electroreceptori), capabili să detecteze câmpurile electrice... De înălțimea unui câine – având în jur de 50 cm –, este activ noaptea, când se scufundă cu plăcere în apă, și trăiește în Australia. Nu că ați fi prea sensibili ca să vă intereseze istoria naturală din mediul rural – ori poate că se găsesc unii printre cei din jurul vostru care se dovedesc a fi niște duri ai junglei urbane? –, iar aici nu este vorba despre emoții, sentimentalism, păș- trați-vă lacrimile pentru voi, dar din momentul în care omul abordează cazul aceluia electro... – cum i-o zice –, nimeni nu mai râde. Electro... ce? Muzică? Electricitate? Sigur, nu uitați însă că sistemul vostru nervos se

bazează pe circulația curentului electric de-a lungul fibrelor nervoase, mai groase ori mai subțiri (ca firele ce se văd întinse peste tot în casele moderne), pe mesaje nu întotdeauna conectate pe care neuronii sunt însărcinați să le transmită spre trunchi și membre, totul în conexiune directă cu creierul. Așadar, v-ați încărcat bine bateriile azi-dimineață când v-ati trezit...?

> >

În acest punct al lecturii, imaginați-vi-i deja pe aceia pe care o astfel de înțepătură de atenționare medicală, psihologică, ca să fim mai preciși, îi înspăimântă: „grefele” cardiace, „stimulările” cu un electrod în cutia craniană, la nivelul unui mușchi sau al altuia, ori pe un organ, „protezele” de genunchi sau șold, care se realizează în mod normal la spital, în interiorul unor mașinării impresionante, la fel de neliniștitoare ca niște sicrie futuriste, „înțepăturile” unui instrument electronic care pe vremuri era doar mecanic, „ghionturile” cu scaunul cu roțile care se mișcă la fel de repede ca un scuter și din care nu te mai ridici niciodată.

Din fericire, pentru moment – oare încă pentru cât timp? – aceste lucruri nu-i privesc decât pe foarte puțini dintre noi... Dacă nu sunteți „bolnavi”, ci doar proprietari și dependenți de smartphone, pe care refuzați să-l lăsați din mână chiar și în timpul unei cure de dezintoxicare sau de- toxifiere oferite de patronul vostru

(ecologist!), nu veți fi neliniștiți, ci doar puțin surprinși, imaginându-vă situația din acest unghi...

Așadar, cum pot circula volții prin corpul vostru la fel ca în smartphone-ul pe care îl puneți la încărcat în prizele montate pe perete, într-o relație foarte îndepărtată cu o centrală nucleară de undeva dintr-o țară amenințată de încălzirea globală, și pe ecranul căruia vă treceți degetul arătător cât e ziua de lungă? Degetul mare... Poate că ecranul vă încarcă cu electroni ori vă descarcă de ei, „iritati” precum un informatician care lucrează în serviciul public și încearcă să repare software-ul pentru impozite ori altă drăcie de felul ăsta? Și poate că voi înșivă vă veți transforma în niște roboți, dacă continuați să o țineți tot așa, iar într-o zi va fi nevoie să vi se taie arătătorul? Asta dacă în viitor vor mai exista măcelari buni, pentru că medicii chirurghi lucrează și ei în sălile de operație cu instrumente și aparate conectate... Ce are de spus mâna voastră? Nu vă înțepenește degetul mare la fel ca gâtul de atâta folosire exagerată a telefonului mobil? Iar ochii, mai văd ei ceva cu tot soarele ăla ce vă bate din ce în ce mai puternic în ecran? Spatele e bine și el, încovrigat, ca să vă puteți apropia destul de mult de acel obiect minuscule, cu puterea înspăimântătoare a unui computer, în timp ce în jurul vostru lumea continuă să se învârtă? Of, alte simțuri – alți mușchi? – încearcă să preia controlul, pentru a vă mai cruța puțin,

permițându-vă să continuați să mergeți cât de cât drept și în echilibru, în aceste condiții inumane. Care? Poate că nu veți ști niciodată, pentru că sunt deja prea afectate de malnutriție - răul secolului, al secolului XX... de poluarea aerului și a apei, sau poate că lucrul ăsta vă face să muriți de spaimă: vederea vă slăbește (noaptea nici nu mai vorbim), mirosul vi se modifică, ca să nu mai pomenim de gust, alimentele sunt din ce în ce mai puțin apetisante, nici măcar plăcute la vedere, ce să mai vorbim despre procesul de digestie? Pentru numele lui Dumnezeu, fiți exigenți când vine vorba despre calitate sau... recăpătați-vă controlul asupra propriei sănătăți și lăsați deoparte nenorocitul ăla de telefon mobil ca să vă puteți bucura din nou și să dați sens simțurilor voastre! Începeți prin a regăsi acea senzație „plăcută” de a vi se face pielea de găină, pentru că ați îndrăznit să scoateți nasul afară când e frig sau să faceți baie într-o apă cu o temperatură inferioară celei corporale...

Mamifer semiacvatic, ornitorincul se descurcă pe insula - continent unde trăiește - și care, ce-i drept, este mai puțin populată decât a noastră - fără un smartphone care să-l ghideze, gestionând perfect problema electricității din aer și apă, din afara și dinăuntrul lui. În același timp, să-i recunoaștem latura atipică interesantă: este un mamifer din clasa rară a monotermelor, deloc asemănător cu mine și cu voi, care facem parte dintre cele mai puțin grozave vivipare (la care

embrionul sau embrionii se dezvoltă în corpul femelei, chirurgii putându-l selecționa și implanta la cerere, în clinicile din țările tolerante în legătură cu problema suprapopulării Terre...). La naștere, ornitorincul - în cazul acestui animal doar masculul este veninos - e lipsit de o legătură ventrală cu mama lui: nu există niciun cordon ombilical între mamă și pui! Specia este ovipară, depune ouă (ca păsările și reptilele), dar îi alăptează pe micii lor supraviețuitori, care nu sunt buricul pământului pentru simplul motiv că nu-l au! Trăind doar în Australia, ornitorincii încearcă să evite contactul cu oamenii, construindu-și vizuinele deasupra nivelului apei și găsindu-și de mâncare în noroi - nicio problemă, doar au înotătoare - odată cu lăsarea întinericului, folosindu-și ciocul de rață electrosensibil pentru a descoperi infimii curenți electrici ai viermilor, ai larvelor ori ai insectelor care circulă totuși fără să aibă nevoie de o antenă...

Pentru că înțeleg că având un smartphone în mână pot capta și avea acces la o mulțime de informații, chiar și senzoriale (nu numai vizuale, sonore și tactile), încerc să mă „descarc” cât mai des posibil, ca să-mi menajez nervii... Evident că sunt o persoană sensibilă, chiar electrică, când mă îmbrac cu un pulover sau mă dezbrac de el - vai, scurtcircuitele astea! -, ca să nu mai vorbesc despre „sentimentalismul” celorlalți: inimile lor artificiale, protezele articulare ori auditive, scaunele electrice, la care se adaugă telefoanele

mobile pline până la refuz de chestii informatice, personale, profesionale, de sunete, videouri și fotografii numerice, prea greu de administrat de modesta lor memorie, ca și de a mea, de altfel. Deconectez totul și fug să mă refugiez într-o stare de calm, pe malul apei ori în pădure, ca să-mi regăsesc liniștea în natură, într-o formă de solitudine. Bun, de acord, în apă sunt pești, în iarbă — viermi de pământ, păsărelele cântă din când în când, iar veverițele se dondănesc, dar cu zgomotele astea mă descurc...



MUZICIENI ASEMENEA CANARILOR

*tată, mamă, buzicii, mătușă, hunuă
șă p/ăetesu/, uoă (LCAJ&IW nu
t^băxuv.*

Hector Berlioz

Auditoriul lui îl apreciază pe canar pentru bucuria pe care o aduce în case, nu numai pentru culoarea sa galbenă, solară.

Cântecul acestei păsărele, mai puternic în cazul masculilor decât al femelelor, chiar și în captivitate, este în mare măsură la nivelul celui al sticletelui atât de colorat, al mierlei negre și așa de inteligent, încât este numită un Beethoven al păsărilor, al cenușiei și celei mai discrete privighetori, ce se face auzită odată cu căderea nopții, sau al drăgălașului de măcăleandru, gata mereu să se apropie mai mult de oameni...

Doar că acestea sunt niște specii ce trăiesc în libertate, fiind mai puțin influențate de zgomotele pe care le fac mașinile de spălat haine sau vase,

automobilele ce claxonează la televizor, numeroasele voci care se aud la radio sau din smartphone-ul adolescentului familiei și pe care canarii le aud din colivia lor aflată în bucătărie.

Aceștia au fost domesticiți în urmă cu multă vreme, începând cu acele specii de *serinus* de culoare verde-marونیu din Insulele Canare (numele latinesc *Canariae insulae* însemnând „insulele câinilor”), într-o epocă în care acele sirene de alarmă cu pene erau crescute asemenea cintezelor, pentru a-i preveni pe lucrătorii din mine de pericolul exploziilor de gaze. Emanatiile prea puternice de dioxid de carbon le asfixiau rapid, astfel că nu mai puteau respira și își schimbau radical comportamentul, înainte de a muri, în loc să „zboare” spre suprafață, ca să scape de acea gură a iadului, plină de gaze toxice, pentru a-și recăpăta suflul, la aer curat. Canarul reprezintă semnalul sonor al unui sistem de informații specific animalelor, care îi ajută pe oameni, precum porumbelul călător ce transporta scurte mesaje în timpul războiului mondial... în prezent, în cazul unor noi conflicte sau amenințări de o asemenea amploare, „pasărea” ar fi numerică, postată pe Twitter?

Apropo, avertizare pentru Canare, insulele vulcanice spaniole, situate aproape de Capul Verde, peste drum de Sahara Occidentală, la nord-vest de Africa (Maroc): în 2018, La Palma era zdruncinată din nou de mici cutremure, în

condițiile în care vulcanul Cumbre Vieja are versantul vestic problematic – lung de 25 km și lat de 15 km, atât de instabil, încât este supravegheat precum laptele pe foc de geologii și informaticienii din lumea întreagă! De ce? Risc de erupție majoră, care ar putea provoca un megatsunami în Atlantic, al cărui val de câteva sute de metri înălțime ar atinge foarte repede o zonă a coastei de est a Statelor Unite și, de cealaltă parte, plajele din vest ale continentului european...

Așa că supravegherea stării canarilor este mereu o idee bună. Se vând întotdeauna în magazinele cu animale de companie și în cele specializate în grădinărit, aprovizionate în Franța de crescătorii din Uniunea Franceză a Ornitologilor (UOF) sau de alții, care poate le pun muzică bună ca să-i pregătească pentru destinul lor, de mari cântăreți sau cel puțin de melomani, „muzicofili”, dacă preferați acest termen, în speranța că potențialii proprietari de păsări nu ascultă tot felul de „rahaturi” la radio, la combina lor stereo hi-fi sau la anticul pick-up...

În rest, noi, cei care nu avem acasă păsări în colivie și nici nu auzim cântecele lor sută la sută naturale, să profităm cât putem de mult de diminețile liniștite. Și să nu uităm că alte animale își asumă misiunea de a ne educa auzul cu tot felul de melodii frumoase sau, din contră, cu niște țipete mai sălbatice, care pe vremuri se auzeau în pădurile virgine: marii clasici împreună cu

adorabilii și colorații papagali amorezi (agapornis), cei mai țișători peruși ondulați, capabili să articuleze ori să repete pe același ton cuvinte nu neapărat inteligibile, frânturi de discuție dintr-o casă (ori dintr-un imobil!), precum și mult mai importanții papagali comuni care, de fapt, sunt cumpărați ca să țină locul, în apartamentele modeste, papagalului gri de Gabon, papagalului (de) Senegal sau unui cacadu australian...

Vedere, auz și muzicalitate: atâtea simțuri pe care le pot trezi cu ușurință în noi, niște bieți oameni, chiar și din captivitate, aceste păsări deosebite, ale căror rădăcini rămân sălbatice. O astfel de coabitare prezintă avantajul că ne amintește exigența pe care trebuie să o avem în materie de ascultat (muzică) și prețul pe care trebuie să-l dăm pe diverse aparate – radio, televizor, MP3 Player etc. – care difuzează sunete, voci și muzică, inclusiv în căștile orientate direct spre fragilele noastre timpane, în această cutie de rezonanță care este urechea mijlocie. Reducerea sunetelor parazite este singura modalitate de a ne concentra și de a ne izola de vacarmul produs de ceilalți în metrou, în autobuz, în tren sau pe stradă, în momentul unui blocaj în trafic, atunci când șoferii sunt în criză de nervi.

Si, dacă^J nu suntem niște cântăreți buni, nici măcar sub duș, poate că doar din acest motiv nu ar trebui să renunțăm să mai luăm lecții de muzică, în exterior, de la păsări, ori în interior, de

la niște profesori mai umani. Rămâne totuși dificultatea alegerii între cele trei familii de instrumente: cu coarde, de suflat (de lemn și de alamă) și de percuție. De ce să nu începem să învățăm să cântăm la unul sau două dintre ele, sperând că în câțiva ani o să ne putem descurca binișor și o s-o facem cu o oarecare plăcere: la pian, clarinet, flaut, oboi, saxofon, trompetă, chitară, contrabas, vioară, tobe, harpă, orgă etc. Și, cine știe, poate că într-o zi o să facem parte dintr-o orchestră simfonică?

Și dacă în tinerețe, dimineața când mă trezeam, îmi plăcea să ascult păsărelele ciripind, nu există niciun motiv ca acest lucru să se schimbe în prezent... Doar dacă nu cumva au dispărut cei mai buni cântăreți, ori eu am fost obligată să mă mut la oraș, într-un loc ce nu atrage decât porumbeii, în acest caz, mă întorc cu regularitate în pădure, ca să ascult păsările ciripind în stare sălbatică. Și dacă nu am această oportunitate, îmi antrenez urechile să recunoască ritmurile, având grijă de auzul meu, ascultând o mare varietate de muzicieni și de cântăreți: de la tehno-dance (muzica din anii 1990 sau DJ precum Bob Sinclair, David Guetta ori defunctul Avicii, ce ne fac pe toți să ne legănăm în mers, adică să dansăm cu căștile la urechi), la „varieteau franțuzesc” (Edith Piaf, Claude François, Jacques Brel, Georges Brassens,

Charles Aznavour, Johnny Hallyday, Michel Sardou...)", care ne îndeamnă pe fiecare să reflectăm mai mult decât ar părea, respectiv la muzica americană, chiar dacă nu toată lumea știe bine limba engleză. La urma urmei, cu siguranță ați ascultat *Thriller*-ul lui Michael Jackson, fără să înțelegeți sensul exact al cuvintelor acestui hit, dar oricum v-a plăcut. Chiar și o compoziție fără versuri, precum *Boléro* de Maurice Ravel: ah! Pentru că, totuși, muzica clasică „este cea mai tare”, și asta nu grație lui Wolfgang Amadeus Mozart din comediile muzicale ori din desenele animate ale lui Walt Disney...



CU OCHII PROTEJAȚI DE SOARE CA GIRAFELE

*OLVUUUL, COIMÁS va
pe Terra o creatură
la fel de ciudată precum girafa.*
Jules Renard

Nu există decât o singură specie de girafe (*Giraffa camelopardalis*) și opt subspecii, altădată răspândite mai ales pe continentul african. În urmă cu 1.400 de ani, aceste animale se găseau ușor în Maroc, în Gambia la sfârșitul secolului al XIX-lea, în Mali, Niger, Nigeria, Mauritania și Senegal. Apoi ele au început să dispară. În prezent trăiesc în câteva locuri din Africa Centrală, până în sud, și în grupuri mai mari, în Tanzania. Vânată uneori ilegal pentru pielea, carnea și coada ei, girafa rămâne o specie protejată, cu un mare potențial de reproducere (să spunem că face frecvent dragoste!). Și chiar dacă este obișnuită să trăiască la soare, suferă adesea din cauza perioadelor de secetă prea severă, legate în mod direct de fenomenul de încălzire globală, în sălbăticie, în afara oamenilor care îi reduc drastic teritoriul, de la an la an tot mai mult, girafa are un singur dușman natural, leul, gunoierul Africii, capabil să profite oricând de vulnerabilitatea ei – mai ales de indivizii slăbiți sau prea tineri devorând-o crudă sau gătită la grătarul din sălbăticie și făcând-o să dispară astfel de pe suprafața pământului...

Dar dacă este sănătoasă, girafa îi vede de departe pe el și pe alții, grație gâtului său lung de 2 m! De altfel, cu talia ei de 5-6 m, ea este de 3 sau de 4 ori mai înaltă decât un om adult. Asta o face cel mai înalt animal de pe Terra, chiar dacă un astfel de record e modest în comparație cu cel

al unora dintre cei mai mari dinozauri erbivori (sauropodele), care au trăit între jurasic și cretacic: brahiozaurul cu un gât interminabil, înalt de 12 m și lung de 26 m. Acesta a trăit în Africa, Europa și America de Nord acum 150 de milioane de ani, pe vremea când mâncarea cu care se hrănea se găsea încă în copaci, care pe atunci erau mai înalți și mai numeroși: frunze de ginkgo biloba și de sagotier japonez (asemănător palmierului), ace de conifere și de coada-calului și ferigi de pe sol.

În zilele noastre, este normal că anatomia girafei să fi evoluat pentru a se adapta cât mai bine condițiilor de viață, de mediu și de regim alimentar. Asta când nu e cazată în vreo grădină zoologică din regiunea pariziană, bineînțeles...

Cocoțată pe copite și pe picioarele ei subțiri, trăind în savana africană și fiind un animal terestru ce vede solul de mai departe decât orice altă specie din zona în care trăiește și ce percepe mai bine orizontul – la fel de bine ca voi când sunteți echipați cu un binoclu –, observă ea oare și soarele de mai aproape? Nu-i rău ca intuiție. Și, uitându-ne de foarte aproape, chiar dacă girafa nu se poate machia precum locuitorii Văii Nilului în vremea Egiptului antic – un astfel de mamifer mare era integrat în acest ecosistem, ca apoi să dispară, la fel ca leul, elefantul sau antilopele Oryx, în cursul unei crize biologice, cauzată probabil deja de motive climatice și umane (secetă, epidemii, vânătoare) –, observăm că ea

are totuși același gen de privire ca egiptenii pictați pe frescele mormintelor lor. Și, de asemenea, două „osicone” pe cap, niște protuberanțe sau noduri osoase care le permit mai mult să le dea lovituri (de cap) rivalilor, decât să contribuie la o mai bună termoreglare a creierului pe o căldură mare sau toridă... Voi purtați o pălărie, ea este utilă în orice situație!

>

Ca să nu se coacă, are ochii aproape negri, marginile pleoapelor la fel și gene atât de lungi și de frumoase, că le-ai crede date în mod magistral cu mascara. Câtă clasă, domnule! Natura este perfectă! Și dacă asta nu e opera apropierei ei de zeul Soarelui, pe care egiptenii îl numeau Re ori Ra, atunci evoluția acționează cu grația și îndemânarea unui „stilist” profesionist.

Concluzia? Ca o măsură de precauție, femeile cu pielea mai fină și mai sensibilă decât a bărbaților, mai ales dacă locuiesc în orașe sau în regiuni cu un climat cald, secetos și foarte însorit și în care plouă rar, trebuie să învețe să mănuiască cu precizie dermatograful ori să frecventeze cu regularitate saloanele de coafură/de machiaj. Ele nu ar trebui să iasă niciodată fără să-si fi machiat ochii, mai ales în zilele în care afară este frumos: creion închis la culoare pe conturul pleoapelor și rimei pe gene. Mai mult decât o chestiune de frumusețe este, în mod evident, un act normal de sănătate oculară cotidiană, ca băutul unei cantități suficiente de apă, ca să nu muriți deshidratați asemenea unei mumii... De alt-

fel, când e foarte cald, toată pielea noastră pierde apă și buzele se deshidratează, ca iarna pe vârfurile pline de zăpadă unde soarele pare să strălucească mai aproape. Și, a-ți da cu balsam hidratant, roșu, alb-crem, sidefiu sau roz nu este o fantezie, ci singura modalitate, pentru femei, de a-și proteja buzele de uscăre sau deshidratare. Iar un zâmbet fermecător nu înseamnă doar să aveți grijă de dinții voștri, luptând contra îngălbenirii provocate de țigări ori de poluare! Pentru hidratarea mucoasei nazale și bucale, domnii au avantajul de a putea purta mustață și barbă, care, dacă sunt îngrijite cum trebuie, mențin un grad de umiditate superior, grație vaporilor de apă din respirație, reținuți de peri.

Însă nicio șansă pentru doamne! Cu o încălzire globală ce ne tot dă târcoale și cu o caniculă tot mai intensă și frec-

ventă, acestea vor fi nevoite să investească – uneori chiar în aceeași zi – într-un șal sau un fular și să posede o întreagă colecție de eșarfe cu care să-și acopere nasul, în caz de căldură ori de poluare excesivă. Și, evident, să aibă mereu la îndemână o pereche de ochelari de soare negri, de calitate. Când aceștia sunt creați cu bun gust și în armonie cu forma fetei și cu tenul – trebuie să recunoaștem că stilistul Kari

Lagerfeld era el însuși emblema unei asemenea recomandări și câtă clasă avea! –, se potrivesc oricui, atât domnilor, cât și doamnelor.

În aceste vremuri cu numeroase perturbări climatice, nu putem ignora ceea ce în ochii unora nu sunt decât niște simple obiecte ori accesorii la modă, iar ai celorlalți, niște mijloace de prevenție, menite să limiteze efectele creșterii temperaturilor asupra corpului uman. Un imperativ de ordin aproape medical, ce implică oameni mai fericiți și, mai ales, mai puține spitalizări - și pierderi de vieți — inutile, pe timpul verii... Prin urmare, o femeie are datoria să investească în dermatografe, farduri de pleoape, mascara și ruj! În plus, atât femeile, cât și bărbații trebuie să-și cumpere ochelari de soare de calitate, ușor de purtat, ce le pun fața în valoare. În cazul în care nu sunt frumoși și confortabili, nu ne simțim bine cu ei și uităm cu bună știință să ni-i punem, pentru că sunt la fel de penibil de purtat în public ca un aparat dentar, iar riscul este să orbim foarte curând... Ca urmare, tineri ori ba, trebuie să nu ne pese de celebrul „ce va zice lumea” și să ne cumpărăm doar ochelari ultrașic, la înălțimea ținutei noastre, precum și pălării asortate, fie vară, fie iarnă!



CE TREBUIE SĂ REȚINEM DE LA PRIETENELE NOASTRE, ANIMALELE

Reactivi la undele luminoase, sonore și electromagnetice

- ▶ Nu-mi mai ascund exasperarea, când cineva se ia de mine. Sunt și voi fi mereu cel mai bun
avocat al meu.
- ▶ Mă debarasez cât mai mult posibil de smart- phone-ul meu, ca să nu mă mai expun prea mult la diferite tipuri de unde. Învăț să mă deconectez puțin în fiecare zi, nepermițându-mi să mai ascult decât zgomotele naturale.
- ▶ Iarna și vara, îmi protejez vederea cu niște ochelari de soare de bună calitate.
- ▶ În timpul plimbărilor mele nocturne, am grijă să rămân mereu ușor de observat, îmbrăcându-mă cu haine fluorescente. Propria siguranță trebuie să rămână prioritatea mea.



CALITATEA VIETȚII

ŞI ECOLOGIE

LA MODA, ÎN ROȘU ȘI NEGRU, CA BUBURUZELE

*Moda nu este ceva ce se referă
exclusiv la haine. Moda există
M/IAVCie/L, purtată de vânt. O ghicim.
pe stradă.*

Coco

De ce toată lumea – bărbați, femei, copii – găsește că buburuzele, supranumite „vacile lui Dumnezeu”, sunt adorabile? Aceste delicate insecte înaripate, roșii precum niște mașini Ferrari fatale, par să aibă alunițe și sunt recunoscute la prima vedere în iarbă chiar și de către cei care nu sunt grădinari, ori fotografi de natură amatori... Poate pentru că se știe că ele contribuie la reducerea utilizării de produse fitosanitare, participând la lupta biologică împotriva nevertebratelor considerate dăunătoare: păduchi, ploșnițe, acarieni. Buburuzele se hrănesc cu ele, dar consumă și ciuperci ori plante, în funcție de specie, cum este de exemplu gărgărița cartofului.

Ori poate că povestea nu are nimic de-a face cu grădinăritul, ci doar cu acel mariaj al culorilor, roșul și negrul mergând foarte bine împreună,

chiar și pe coperta unei opere literare! Să recunoaștem totuși că pentru noi, oameni îmbrăcați mai mult de marile industrii textile decât de niște

³ creatori de modă și stilști, ori ași ai schimbării, roșul rămâne o culoare dificil de purtat. Ah! Moda... Trimitere din nou la sânge, scurs prea ușor în timpul războaielor și primul acuzat observat la microscop în momentul în care apare suspiciunea în legătură cu o boală. Se face negru când se usucă la soare în *Cântecul partizanilor*¹⁵, dar roșu în ființa ce tocmai iese din pântecul matern, colorată de hemoglobină, pigment ce dă aceeași tentă mușchilor noștri, dar și antricotului de vită nu foarte prăjit...

Da, nu e ușor, inconștient sau din contră, să porți roșu și să-l asortezi cu o altă culoare – poate cu excepția albas- trului ca în drapelul francez? –, fără să riști o notă sau un pas fals(ă), respectiv să produci amețelă celor ce se uită la tine ori te privesc din cap până-n picioare. Femeile, care au menstruație o săptămână pe lună, fără să leșine la vederea hemoragiei din slip, înțeleg mai bine dificultatea de a purta un simplu lac de unghii rubiniu sau, mai rău, un ruj de aceeași culoare. În mod ciudat, bărbații au probleme cu roșul purtat de femei – ei care de obicei consumă mai multă carne roșie: culoarea sângelui, a rănilor, a menstruației adesea dureroase și, bineînțeles, a

momentului nașterii fiecărei ființe umane ieșite din burta mamei...

3

²⁵ Muzica este semnată de Anna Marly, iar versurile, de Maurice Druon și Joseph Kessel, în 1943. (*n. trad.*)

În orice caz, în prezent, în anumite medii, cartiere sau meserii, este o cutezanță discretă, din partea femeilor mai mult sau mai puțin fragile, să poarte o ojă care atrage atenția ori un balsam de buze de un roșu-viu, respectiv o haină sau un accesoriu la modă de această culoare, fără să riște să fie calificate în mod laș ca fiind „târfe” de către bărbații duri, care probabil se îndoapă săptămânal, iarnă sau vară, cu coaste de vită, mezeluri și șuncă, la care adaugă toate sosurile posibile! Femeile preferă adesea să tacă în fața acestui machism jenant, neîndrăznind să răspundă insultei de neînțeles cu una și mai stupidă. În mod evident, discuția, care nici nu ar trebui să existe, s-ar sfârși în mod brutal, poate după niște cuvinte urâte, sau chiar în sânge, încă o dată, roșu ca cel al menstruației dureroase...

În același timp, dacă diavolul se ascunde în detalii, chiar colorate, cu raiul se întâmplă la fel (căpșunile și cireșele sunt delicioase: proaspete, în gemuri, în tarte sau în prăjitura *clafoutis*). Pe scurt, în final totul ține de educație și de învățătură. O carne aleasă cu grijă, cumpărată, tăiată și pregătită de artizanii măcelari, apoi gătită și prezentată frumos într-o farfurie, este cu siguranță de preferat să fie savurată la palat. Cine

știe dacă nu-l va provoca la vorbă pe vreun bărbat, mult timp după degustare, cu o femeie cu gura frumos desenată, dată cu ruj și care are ceva interesant de povestit ca interlocutoare... Dacă o anumită calitate a cuțitelor de tranșat și ¹ ³ ⁵ arta de a le mânui sunt importante încă din momentul în care vine vorba despre carne în gura bărbaților, de ce nu s-ar întâmpla la fel cu calitatea machiajului și abilitatea de a folosi dermatografele și pensulele pe față, în cazul femeilor?

Totuși, nimeni nu compară vacile lui Dumnezeu cu prostituatele și probabil că tocmai grădinarii - bărbați - se extaziază în fața unei asemenea gingășii a naturii. Dar dacă o femeie se dă cu roșu la ochi ori pe buze, gata!, imediat apar scandalul și bârfele... Iată de ce este mult mai ușor să vă mulțumiți să purtați lenjerie frumoasă, roșie, mereu apreciată și arătată doar în intimitate, ați înțeles, nu? Concluzia: la oraș ori la sat, trebuie să aveți bun gust - o anumită clasă -, făcându-vă remarcați prin discreție, lăsându-vă amprenta, desigur, dar nu oricum.

Acest lucru este valabil inclusiv când vine vorba despre îmbrăcăminte. E adevărat că atunci când purtați o bluză polar este mai bine să fiți subțiri ca să vă puteți echipa în roșu... De altfel, la munte, în Alpii înzăpeziți, ea arată ca o scrisoare la poștă, în comparație cu confortabilele combinazoane purtate de monitorii de schi, care nu întotdeauna au o căciulă pe cap. De asemenea,

este frumoasă și o geacă de piele roșie, ca cea purtată de Michael Jackson în videoclipul piesei *Thriller*, sau cu alte ocazii, când era încă în viață, înconjurat de morți... La fel este celebrul fes al aventurierului mărilor: comandantul Jacques-Yves Cousteau, un scafandru într-un costum de neopren ud, negru sau argintiu, atunci când nu era pe uscat unde purta celebra lui căciuliță, o cămașă de blugi (fără cravată roșie, foarte drăguță, cu o cămașă închisă la culoare și sub o haină de costum șic) sau bluza lui pe gât cu niște pantaloni de blugi, neapărat de Captain Planet la bordul vasului Calypso ori al unui superelicopter.

Mai este și emblematica eșarfă roșie a lui Christophe Barbier, care nu e celebru doar pentru că are grijă de gâtul lui, ci și pentru sau mai ales fiindcă are un simț al analizei lumii politice foarte fin și uneori extrem de nostim. Cele două laturi sunt compatibile, dar pentru un redactor-șef al unui săptămânal serios precum *L'Express*, un ziarist ce stăpânește condeiul ca și arta de a vorbi în public, lucrurile acestea nu vin așa pe tavă.

Cât despre doamne, acestea încă se agață de un hit al anilor '80 aparținându-i cântăreței franceze de muzică pop Jeanne Mas, ce descria, chiar de pe atunci, această dorință, nevoie, de a învăța să porți corect roșul și negrul, ziua și noaptea, la birou sau afară... Poate cu niște botine de piele roșie ori cu un mantou de catifea? „Dacă m-ar fi sfătuit cineva, [poate că] aș fi comis mai

puține greșeli etc. Și mi-aș fi îngrijit pielea, crăpată de frigul iernilor, mi-aș fi pus fard pe obraz și ruj pe buze, aș fi arătat drăguț etc. Ochii mei nu mai vor să strălucească, se machiază cu indiferență, îmi tăgăduiesc inocența. În roșu și negru, o să-mi exilez teama etc.” – așa cânta Jeanne Mas în mai 1986...

Sunt atentă cum mă pun în lumină folosind anumite substanțe și materiale textile. Partea de sus trebuie asortată cu cea de jos, fără să apelez la eternul negru: „obscuritate vestimentară” care se potrivește oricui, da, însă poate să mă facă o persoană invizibilă în peisaj... În timp ce o simplă notă de culoare, chiar discretă, este în stare să facă diferența. De ce nu la picioare?

LENEȘI VARA CA PISICILE

*e>ă/ câstlcp p/iùt&iùà/ uucb pisici
nwc/ivsuv. sie/ an cuüuval ptozoț/
ce/veA/bat, liuLșM, c& tiuc/ la/
udciui lui/
pù&teu cu auliucu și/ cuuîtcmu.*

Théophile Gautier

Liniștită „la iarbă verde” ori activă în liniștea nopții, pisica are propria ei strategie pentru a suporta mai ușor căldura excesivă. Vara anului 2023 a fost marcată, mai peste tot în lume, de memorabile și insuportabile episoade caniculare. Or, astfel de serii criminale au fost anunțate deja și pentru următorii cinci ani! O dovadă că încălzirea globală, legată printre altele de activitățile umane, nu este o invenție a oamenilor de știință, ca să-i înspăimânte pe politicieni ori pe bravi cetățeni, mari consumatori, ci are consecințe pe termen mai mult sau mai puțin lung asupra stării lor de sănătate.

Este vorba despre acei cetățeni care sunt sau nu conști-enți de impactul prezenței lor pe Pământ și de locul acestora în ecosistemul global. Mult mai fericite, pisicile adoptate de familii sau rătăcind singure pe străzi nu-și pun, probabil, atâtea întrebări... De altfel, aceste animale nu obișnuiesc să-și risipească energia aiurea. Risipitori sunt însă „părinții”, adică proprietarii sau stăpânii lor, cum vreți să le spuneți, comportament care însă nu se observă în castroanele animalelor, ci se resimte după ce conținutul acestor vase, constând în lapte sau alte tocături sofisticate, a fost înghițit. Rezultatul, obezitatea la cheie, care îi face mai mult lenți și puturoși decât economi, pis-pis!

Oricât le-ar costa, din momentul în care se face

prea cald mâțele folosesc anumite „trucuri” pentru a scăpa de fierbințeala care pe oameni îi poate aduce în pragul leșinului în perioadele caniculare. Desigur că Felix²⁶, care nu-i Milou²⁷, știe și el că este mai răcoare la umbra unui copac decât în mașina parcată într-un oraș, în plin soare. Dar cum aceste mamifere sunt mult mai mici și libere, fără lesă, părăsesc mai ușor apartamentele în care locuiesc, ca să meargă în spațiile verzi din cartier, chiar dacă cu arbori mai puțini.

Astfel, nu este deloc de mirare că ajungem adesea să surprindem o pisică lungită, calmă, visătoare, gânditoare sau adormită, într-un colț discret din natură, pe o peluză verde-praz, într-o jardinieră – chiar și goală, acolo fiind o vagă impresie de întuneric, fără îndoială –, ori la o înălțime medie, prin vreo gaură dintr-un gard viu! În acea zonă cu umbră relativă, Felix pare să caute nu numai răcoarea, ci și izolarea de restul lumii. Oare practică yoga ca să se reconecteze la propriile instincte? Ceea ce însă nu-l împiedică apoi să revină în peisaj, să miaune, mergând cu niște pași delicați, ca să regăsească fără efort confortul moale al apartamentului stăpânilor lui, mereu extaziați de felina lor care a profitat de ieșire ca să vâneze, fără scop, o pasăre ori un rozător înnebunit de căldură, la fel ca locuitorii

26 *Felix Motanul* – personaj de desene animate din epoca filmului mut. (n. trad.)

27 Câinele personajului principal din benzile desenate *Aventurile lui Tintin*, (n. trad.)

din cartier încă vii... Castronul animalului va fi plin, cu siguranță. Jos, pe pământul răcorit de ierburile proaspete care rezistă încă la asaltul secetei și al viermilor de dedesubt ce încearcă să-l afâneze, pisicile au darul de a ne arăta că o siestă sănătoasă se pregătește cu grijă și trebuie mereu apreciată. Aceasta ne permite să ne petrecem timpul fără stres, așteptând scăderea temperaturii la sfârșitul după-amiezii și, deci, o agreabilă întoarcere la activitate: muncă, sport etc. Oamenii ar trebui să învețe și ei despre beneficiile siestei, adaptându-și ritmul la capriciile climatice: buletinele meteorologice le permit totuși să-și anticipeze alegerile cu două-trei zile, fără să greșească prea mult... în fine, pentru cei care au o grădină, ar fi util să investească în diverse unelte (de grădinarit) și chiar într-un hamac bun pentru vara următoare. De altfel, plantarea de copaci în orașe, nu neapărat pentru a face din ele niște câmpuri sau păduri, necesită multă pregătire, serioasă și inteligentă. Peste tot, spațiile verzi au nevoie de noi arbuști pentru a sprijini copacii bătrâni de câțiva zeci de ani, rar de o jumătate de secol sau mai mult, asta dacă nu luăm în considerare și zona rurală. Pisicile își pregătesc siesta de vară încă de cu iarnă. De ce să nu facem și noi, oamenii, la fel?

Vara, în liniște, îmi păstrez mintea calmă și corpul răcorit, lungindu-mă în fiecare zi, în măsura posibilităților, pe o pajiște cu iarbă moale, la umbra copacilor, așa cum fac și pisicile.

Și, dacă mai sunt în mod excepțional alături de niște prieteni, la un picnic cu sendvișuri cu delicatese și alte produse nesănătoase, ambalate, profit din plin, încercând să-mi limpezesc mintea, arătându-le că, fiindcă natura nu este o groapă de gunoi în aer liber, nu trebuie să uite să-și adune resturile înainte de plecare!



CREDINCIOȘI ASEMENEA CÂINILOR

*cât üavâvt mat nuvltă
civ atât meet nuvbt
vuit buĂcsu câùvcl&.*

Mark Twain

In albumul său *Les Feux d'artifice* („Focurile de artificii”), apărut în 2014, cântărețul francez Calogero aborda tema fidelității, care avea legătură, în cazul lui, mai mult cu muzica și cafeaua lui, decât cu religia ori iubirea... Poate că, atunci când vorbește despre un al șaselea simț, autorul se referă la acea legătură extraordinară ce poate exista între om și animal. Câinele este un descendent al lupului, fiind descris mereu ca un campion al fidelității, în ciuda originilor sale sălbatice. Este asta oare o traducere greșită făcută de autoarea acestei cărți, ce scrie sub atenta supraveghere a câinelui ei (o femelă

yorkshire, de 12 ani)? în realitate, cuvântul „câine” nu apare nici măcar o singură dată în cântecul lui Calogero. Așa este, dar sincer, muzica sa e bună și interpretarea i se potrivește: piesa *Fidèle* („Credincios”) reprezintă un adevărat foc de artificii, un regal!

Mă rog, când ne cumpărăm un cățeluș sau salvăm un câine bătrân, trebuie să fim foarte serioși și să acționăm responsabil: acesta nu este un accesoriu pe care îl achiziționăm dintr-un impuls de moment, ca apoi să-l abandonăm foarte repede, când ni se pare că nu mai e la modă.

Suntem în aceeași situație în care o femeie, tinându-și câinele în lesă, poate să-și permită să aibă pe braț și o poșetă din piele, atunci când se plimbă împreună pe stradă! Eventual, un rucsac drăguț și confortabil, peste vestă ori pardesi, ar aranja-o mai bine. Pe de altă parte, ea ar fi obligată să aibă și câteva perechi de cizme de schimb și de mănuși de iarnă, căciuli și fulare, pentru că trebuie să plimbe cățelușul în mod regulat o dată pe zi, fie cald, fie frig. Și cum animalul adoră să-și bage nasul prin frunzele uscate toamna, prin noroiul din tufișuri iarna ori prin cel lăsat de reflux, plin de moluște și de alge stând să putrezească senine pe plajă după o furtună de toamnă, doamnei îi este interzis să facă pe eleganta și să se teamă să-și bage mâinile în mocirlă...

Prin urmare, din iubire pentru câinele ei, acesteia nu-i va păsa deloc că nu va putea defila pe străzile Parisului în taior, cu pantofi cu toc cui, din imitație de piele de crocodil, asortați cu o geantă-plic, dichisită din cap până-n picioare. Animalul, care merge de obicei la piciorul stăpânei în oraș, poate că are și el timp să-și spună că nu e mereu o reușită chestia asta cu pantofii, printre care se fofilează pe tot parcursul plimbării...

Împreună, câinele și omul acceptă să se întoarcă acasă mai murdari, mai liniștiți sau în pas alergător. A avea un animal este ca și cum ai face un sport, iar moda urbană nu e mereu adaptată acestui stil de viață, „de cuplu”!

Așadar, există oameni fideli unei anumite mărci de pantofi eleganți, de încălțăminte sport, de cafea, precum și câinilor lor, pe care nu i-ar abandona niciodată, dar care sunt infideli în pat, cum spune un cântec... O treabă urâtă pentru toți cei care dorm singuri cel mai adesea, celibatari convinși sau prin forța împrejurărilor. Deoarece, pentru a întâlni iubirea, trebuie să fiți mereu pregătiți și dispuși să mergeți mai departe, într-o poveste frumoasă. Ceea ce uneori este destul de greu, mai ales dacă animalul vostru de companie nu prea acceptă cu ușurință intruși. Imaginați-vă cum e când bărbatul și femeia au fiecare câte un câine: vai de capul lor! Dar se poate și mai rău: există persoane care iau un câine și nu pot renunța în ruptul capului la smartphone-ul lor sau

la televizorul ce a costat o avere; astfel, fără să-și facă procese de conștiință, ajung să abandoneze animalul care le-a ținut companie câteva luni, sau câțiva ani, pe vreun drum sau vreo șosea pustie dintr-o pădure izolată... Asta dacă nu cumva câinele este cel care ajunge să se salvează primul dintr-o astfel de relație infidelă și inumană.

Înainte de a mă lansa într-o aventură afectivă la care mă obligă un câine, pe lângă cea care ține de fidelitate, conștientizez faptul că povestea asta între mine, omul, și animal va dura cel puțin un deceniu, poate chiar două, dacă relația este puternică, clădită pe încredere și pe iubire reciprocă. Asta mă va costa ceva bani - dar poate mult mai puțin ca un divorț, o pensie alimentară sau cheltuielile clasice (taxa de școlarizare, protecția socială, asigurările de sănătate, alocațiile familiale...) pe care le are orice cetățean atunci când ajunge adult —, îndrăznesc s-o spun, fără să roșesc, celor care mă critică pentru că sunt încă celibatară și nu am copii, la cei peste 30 de ani ai mei... Asta nu înseamnă că nu sunt totuși disponibilă pentru o frumoasă poveste de dragoste, bazată pe fidelitate.



ECONOMI CU RESURSELE ASEMENEA CĂMILELOR

Mikael Agricola

Iată încă o problemă despre apă sau, mai bine zis, despre economia de apă. Asemenea lui Quasimodo, bietul cocoșat din romanul *Notre-Dame de Paris*, de Victor Hugo, apărut în 1831, dromaderul – care nu este o cămilă – cară în spate o cocoașă, în realitate un rezervor nutrițional și de apă, ce îl ajută să supraviețuiască în condițiile extreme din deșert. Dacă sunteți interesați de domeniul etimologiei, de rădăcinile latinești și grecești ale cuvintelor, aflați că românescul „dromader” este împrumutat din limba franceză

(din *dromadaire*), termen ce provine din grecescul *dromeus*, care înseamnă „alergător”, iar numele speciei este în latină *Camelus dromedarius*. Deci, în definitiv, dromaderul este o specie din mica familie a cămilelor (sau a camelidelor).

Acest animal erbivor, a cărui greutate se situează între 500 kg și o tonă, rezistent la secetă și la călduri excesive, la lipsa hranei și la o hidratare redusă la maximum, are o an- duranță deosebită, din fericire pentru el, în condițiile în care ne îndreptăm spre o lume supusă din ce în ce mai mult încălzirii globale și aridității, în care apa va deveni mai prețioasă ca aurul... Adaptarea metabolismului său la climatul deșertic cald îi permite să meargă pe distanțe lungi și să transporte oameni și mărfuri - uneori, este vorba despre valizele turiștilor, alteori despre arme, în țările aflate în război -, chiar sub un soare de plumb topit... Plus cocoașa, drăguța de ea!

Dromaderul - care are o cocoașă - poate fi găsit în zone cuprinse între nordul Africii și până în Orientul Mijlociu și Australia, unde a fost adus în cursul celei de-a doua jumătăți a secolului al XIX-lea. Cămila - care are două cocoașe -

> > preferă stepele uneori înverzite, alteori friguroase și înzăpezite, în funcție de anotimpurile din Asia Centrală. Pentru că nu ne amintim niciodată exact care e diferența dintre dromader și cămilă, vă fac o sugestie: rețineți DC și CC, pentru că dromaderul are o cocoașă, iar cămila, două. Și ca să rezumăm, primul animal suportă

călduri toropitoare, în timp ce al doilea, un frig de crapă pietrele.

Totuși, cocoășele animalelor nu sunt niște rucsacuri pline cu provizii precum ale acelor curajoși și neapărat nefumători, care hotărăsc de bunăvoie sau în mod forțat să trăiască fără să folosească mașina și care își fac cumpărăturile mergând pe jos. Poate că respectivele persoane lucrează de acasă ori la vreo firmă, dacă nu într-un anumit sector industrial, și ajung la serviciu pe bicicletă, inspirând gazele de eșapament ale autoturismelor altora!

Acești indivizi cvasisportivi în fiecare zi au, desigur, un buget limitat, dar într-un fel cheltuiesc mai inteligent și poate mai des decât mult mai numeroșii automobiliști, paradoxal, mai sedentari... De unde importanța gestionării dificile a puterii lor de cumpărare și a menținerii propriei sănătăți, în acest raport, mă tem, dezechilibrat între cele două părți.

Când fac cumpărături, pietonii le cară acasă „în cârcă”: bun-venit stresului hidric în perioadele foarte friguroase, cu ploaie ori caniculă... Aceștia nu au parte de protecția plafonului dintr-un autoturism, de încălzire ori de un sistem de climatizare la bord pentru a suporta diferențele de temperatură și umiditate ori uscăciunea, fiind nevoiți să se bazeze pe ceasul de la mână și pe simțul orientării, dacă vor să evite risipa de timp și de energie în condiții meteorologice dificile.

În tot cazul, oamenii aceștia se descurcă și fără

GPS, nu au nevoie de cărucior în supermarket, preferă magazinele de cartier și ajung să care mai puține produse în rucsacul lor sic sau în sacosa de umăr decât dacă ar fi mers cu mașina, echipată cu un portbagaj încăpător.

De altfel, PET-urile de apă nu sunt pentru ei. Aceste persoane, având un rucsac-cocoasă, asemenea dromaderilor, beau apă de la robinet, eventual filtrată cu ajutorul unei căni drăguțe sau al unei carafe ecologice, pe care o plimbă, în caz de nevoie, într-un mic bidon din material reciclat. Cât despre alimentele pe care le cumpără, de preferință bio, neambalate în plastic, pe cât posibil, le preferă pe cele de calitate, mai puțin voluminoase și nu prea grele. Fiindcă trebuie să fii în măsură să ții la tăvăleală, pentru a asigura consumul energetic mai mare, din zilele de cumpărături... Pentru a funcționa corect, mușchii reclamă o doză zilnică de proteine și de zaharuri lente și rapide și se bazează întotdeauna pe rezervele de grăsime.

Iată de ce respectivii oameni selectează cu grijă alimentele la vrac și mărcile cărora le rămân în mod constant fideli, odată demonstrate și evaluate binefacerile nutriționale și

calitățile gustative ale produselor de bază:
sortimente de făină, ulei, băuturi, piureuri, tarte,
prăjituri pe bază de oleaginoase (migdale, nuci,
alune, fistic, nucă-de-cocos), orez, leguminoase
(soia, linte, mazăre, năut, fasole), legume, fructe,

ciocolată, cafea etc. Pietonii profită cu mare plăcere de diferite popasuri în barurile și tutungeriile din drumul lor, dar au mai multe ocazii de a-și achiziționa un ziar sau un bilet la loterie decât un pachet de țigări, care le poate produce insuficiență respiratorie sau agonie din cauza unui cancer, așa cum apare în avertismentul de pe pachetele de... Camei! Altădată, frumoasa imagine a dromaderului, stând probabil în fața unei oaze, era redusă la cea mai simplă expresie: trei palmieri și o piramidă egipteană, pe un fond portocaliu, o ambianță de deșert marțian. Probabil că respectiva poză i-a făcut să viseze la posibile evadări exotice pe părinții fumători ai pietonilor, care își imaginau un viitor profesional mai bun decât cel al muncitorilor/muncitoarelor din uzine. La început existau diplomele de studii – ah! Grozavă era școala, ce nivel exista în vremurile acelea! –, apoi cursurile la universitate poate, să ai atât curajul să supraviețuiești până la finalul cursurilor, concentrat de dimineața până seara, fără să iei pauze de țigară, uneori doar cu o cafea, cât și timpul necesar să te imaginezi în posturi viitoare, la nivelul dorințelor și ambițiilor tale. Educația era, de asemenea, o bună modalitate de a lupta contra inegalităților sociale și a adică- ției aleia nenorocite de tutun, un incendiator de fose nazale, trahee, plămâni, gură, esofag, stomac etc. și un asasin mai vicios decât seceta persistentă cauzată de

încălzirea globală, acest jucător pervers...

Muncii, dar mergeți și pe jos precum dromaderul sau cămila, fără a ignora conținutul poverii pe care aceste erbi-vore, ce știu să economisească apa, o cară în spate! Stupefacție: un camelid poate sta două sau chiar trei săptămâni fără mâncare, doar cu „cămara ei din spinare”, ce poate cântări de la 4 până la 36 kg, în medie fiind vorba despre 15 kg. Durdulie și ridicată semeț în perioadele de abundență, cocoașa devine flască precum zăpada la soare, dacă postul se prelungește, pentru că nu mai are grăsime. În mod normal, animalul își conservă în aceasta energia de care are nevoie, cocoașa participând și la termoreglarea organismului. Ați observat că dromaderul este relativ suplu (excepție făcând spatele său, unde scapă cine poate?), spre deosebire de mamiferele care în general au un strat de grăsime subcutanată, mai mult sau mai puțin gros, în special după sărbătorile de la sfârșitul anului, în cazul oamenilor, lăsând la o parte crizele de ficat... Grăsimea de sub piele le permite să-și conserve căldura, pe când transpirația le ajută să elimine excesele alimentare: beți, miscati-vă, eliminați!

Cămilele și dromaderii au un metabolism ce funcțio-

nează în mod diferit ca urmare a climatului și a mediului

cărora li se adaptează. Aceste animale sunt capabile astfel să-și schimbe temperatura internă

de la 42 la 34 °C, în funcție de căldura de afară, ecart pe care corpul vostru nu l-ar suporta, fiind obișnuit cu cele 37 °C, destul de stabile, în afara perioadei de caniculă sau a celei în care aveți febră: la 38 de grade, unii dau fuga deja la medicul de familie, înainte chiar de a consuma o băutură caldă și proaspătă – apă cu lămâie, de exemplu –, ca să-și scadă temperatura încet; deci, ce să mai spunem de 39 sau 40 de grade... Trăiască termometrul – în română, cuvântul acesta este un împrumut din franceză (*thermometer*), termen care provine din greaca veche, unde *thermos* înseamnă „cald”, iar *metron*, „măsură”!

Dromaderii și cămilele, în schimb, pot sta o săptămână întreagă fără să bea vreo picătură de apă în vreo oază, atât de greu este de găsit aceasta în deșert! Chiar aproape opt săptămâni în cazul dromaderului, care se poate mulțumi și cu umezeala conținută în plantele mâncate în sezonul ploios.

O astfel de rezistență este posibilă grație mediului său intern – termen din fiziologia animală ce face referire la interiorul organismului, în ansamblul lui (organe, țesuturi, funcții) –, care luptă împotriva deshidratării cauzate de condițiile exterioare. Anatomia căilor respiratorii (nări, ureche medie, fose nazale, gură, faringe, trahee, bronhii, plămâni etc.), un număr redus de glande sudoripare (responsabile de transpirație), o producție de urină foarte

concentrată, capacitatea globulelor roșii de a suporta aportul de importante cantități de apă în sânge după adăpare etc. – atât de multe adaptări care reduc zilnic, în funcție de împrejurări, pierderile de apă. Și cireașa de pe acest tort uscat, cea mai surprinzătoare dintre ele, este capacitatea ca în perioadele de post să „consume” din resursele aflate în propria cocoasă: o reacție chimică arde grăsimea pentru a recupera din ea apa metabolică, la fel de utilă celulelor organismului, ca și când animalul ar fi băut-o dintr-o oază!

Sigur că, atunci când îi e sete și are în sfârșit ocazia să consume apă, cămila nu se încurcă: bea de parcă ar fi o sugativă și în câteva minute poate îngurgita litri întregi din acest lichid, care îi vor permite să înfrunte din nou un viitor marș prin deșert...

Evit să mai fumez sau mă las cât mai repede posibil de acest obicei, pentru că nimeni nu știe cine ar putea merge sau alerga să respire în locul unui fumător și să-și curețe plămânii: singur, asta înseamnă doi de curățat, dar pentru două persoane se fac patru (plămâni)! Mă feresc, de asemenea, să irosesc apa și nu uit că, atunci când aerul devine uscat, setea pândește după colț. Este esențial să învăț să-mi păstrez mereu într-un dulap sau în frigider niște rezerve de apă și de alte băuturi. Și, apropo, știu că pereții tubului digestiv nu fac din corpul meu un cuptor cu microunde care încălzește prea repede

alimentele primite sau un frigider care le răcește... Iată de ce îmi pot arde buzele sau chiar esofagul cu o cafea prea fierbinte, ca apoi să mă doară rău stomacul. Să mănânc călduț nu este soluția tuturor relelor. Pe de altă parte, să merg în fiecare zi pe jos ca un dromader ori o cămilă, chiar dacă nu ajung să traversez nordul fierbinte al Africii ori înghețatul deșert Gobi, mă va ajuta întotdeauna la digestie.



PURTÂND O COAMA CA LEII

°Y1M/ bmUcvLb nùnlc/ si /u//ie/u.

°L6r lew c& copiază/ lAw&lblew

dcAMave/ 0/ nuiuiutia.

Victor Hugo

Totuși, dacă ne gândim bine, nu este vorba despre coama blondă și zburlită a fostului președinte al SUA Donald Trump, nu, ci despre cea roșcată sau brună, deasă și sălbatică a regelui animalelor ori al savanei! Mă rog, ce-a mai rămas din el... Și ce privire are: ochii lui sunt de culoare por- tocaliu-roșcat! *Panthera leo* (denumirea în limba latină a acestui mamifer) apare într-un film de animație (*The Lion King* - „Regele Leu”), lansat în 1994 de cei de la Disney, în reclamele pentru niște celebre batoane de ciocolată menite să te facă să roșești de plăcere, ca să nu mai amintim de prezența acestui animal într-una pentru un șampon. În același timp, în Africa e într-un fel ca pe Marte, poate pentru că și acolo am fi nevoiți să facem mult mai puține dușuri. Foarte grijulii față de consumul de apă dulce, care e atât de rară, am prefera probabil să o bem decât să ne spălăm părul cu un săpun ce face clăbuci...

Pe Planeta Roșie, potențialii vânzători ai atât de comunului, dar abrazivului bicarbonat de sodiu, cunoscut încă din Egiptul antic pentru proprietățile sale cosmetice, de îndepărtare a petelor și de curățare, ar face o avere. Chiar și pe Marte, cu atât de puțin „aur albastru” păstrat de rezervă într-un vas (pentru orice eventualitate), latura de „pudră magică” a bicarbonatului ar face în prezent poate, ca altădată pe Terra, „minuni” în

îngrijirea corporală și în lupta împotriva proliferării bacteriilor și a ciupercilor microscopice (mucegaiuri, micoze, drojdii) într-o cameră de baie mereu prea umedă aici pe Pământ, dar și contra insectelor și a acarienilor cu excremente atât de alergene.

Acestea fiind spuse, nu este vorba în mod direct despre bicarbonatul de sodiu (cu formula chimică NaHCO_3), vândut la raionul de alimente din supermarketuri, lângă sarea de mare (NaCl , clorură de sodiu în „limbaj geologic”)! Dar oricine și-a plimbat deja câinele pe o plajă și l-a văzut rostogolindu-se fericit în nisip – fără să se lase rugat, al meu a făcut-o distrându-se de minune de fiecare dată – nu poate după aceea decât să constate strălucirea blănii lui... în acel minideșert s-a produs o curățare uscată: prin frecarea viguroasă între blana groasă a animalului și minusculele fire de nisip, un amestec de minerale din roci de origine vulcanică, supuse eroziunii vântului etc., și resturi organice (bucăți de cochilii, carapace de echinoderme, crustacee, schelete de corali). Și da, animalul a căpătat o blană strălucitoare grație, printre altele, carcaselor pulverizate de nevertebrate, moarte de multă vreme și bogate în calcar – cu formula chimică CaCO_3 , carbonat de calciu –, asemenea cretei albe sau colorate folosite la școală, pe tablă.

Și pe vremuri, când exista o anumită

conștientizare a rarității apei, bicarbonatul de sodiu era o sursă de venit în Egiptul de Jos și de Sus: în Memfis (în apropiere de Cairo), la Teba (Luxor), în văile regilor și ale reginelor... Astfel, uscăciunea nu împiedica - din contră, susținea - pregătirea adecvată a mumiiilor pentru o conservare de durată, în cazul oamenilor bogați și vestiți. Cât despre cei vii, într-o astfel de atmosferă ei trebuiau să-și protejeze mai ales părul și ochii. Bicarbonatul de sodiu folosit în șamponarea uscată și rapidă, oricare ar fi epoca la care ne referim, îi poate degresa, făcându-i strălucitori. Doar că și cel mai mic fir de nisip de culoare deschisă prezent în ochi poate produce oricând o iritație și, în consecință, lacrimi! Iată de ce vechii egipteni, care nu purtau ochelari de soare negri în deșert, ca să-i protejeze de razele de soare și de reflexia lor sub formă de căldură, foloseau machiaj pentru conturul ochilor, fiind astfel mai bine apărați. Un creion *khol*, foarte închis la culoare, elegant trasat și prelungit în direcția vârfului urechii, dar pe vremea aceea era unul pe bază de... plumb!

Pe scurt, a supraviețui cu eleganță lipsei apei reci - fier- bătorul electric nu exista pe atunci - sau călduțe, la temperatura camerei, era o provocare cotidiană a acestui popor care ne-a lăsat moștenire, între anii 3000 și 300 î.H., impresionantele piramide (a lui Kheops etc.) și monumente (Sfinxul din Gizeh, templul din Karnak) aflate încă în picioare în secolul XXI. Și

câte enigme mai mult sau mai puțin faraonice au rămas încă nerezolvate până în zilele noastre? De exemplu, cea a dispariției progresive a leului din Valea Nilului, în vremea faraonilor, chiar dacă „regele animalelor” din prezent era asociat atunci cultului zeului Ra (sau Re, zeul Soarelui în mitologia egipteană), apoi al lui Osiris, așa cum se află și la originea Sfinxului, deși fiara era mult mai prezentă în zonă înainte de apariția scrisului în Mesopotamia (Siria, Irak) și în Egipt, moment ce marchează sfârșitul epocii preistorice.

Cât despre noi, prea numeroșii occidentali moderni leneși, ce găsim tot felul de scuze să nu ne adaptăm unui mod de viață în care să irosim mai puțină apă potabilă – Ah! O baie sau un dus în fiecare dimineață... –, în ciuda avertismentelor repetate ale planetei ce fierbe precum capetele noastre în perioadele caniculare, oare o să ne hotărâm să adoptăm niște obiceiuri de igienă ce ne vor salva pielea, perii de pe corp și de pe cap? Oare nu sunt destui adolescenți care își pierd părul în același timp cu apariția pe fața lor a dezgustătoarelor coșuri, niște viitori chelioși la doar 35 de ani, scuze, ca niște bebeluși hrăniți din biberon cu lapte de vacă, pe care atunci când vor crește îl vor regăsi și în bolul cu cereale? Nu există destui bărbați și destule femei victime ale

cancerului, sau mai degrabă ale chimioterapiei ori radioterapiei, care produc mai multe daune și arsuri decât laptele, în termeni de efecte secundare, la nivelul scalpului, al pielii de pe

restul corpului sau al tractului gastrointestinal?

Nu este chiar așa de grav, încearcă să-i consoleze medicii pe pacienți: părul cade, dar crește la loc, la fel ca frunzele copacilor primăvara, și, în așteptarea acelor zile mai bune, voi sunteți acasă, vomitându-vă mațele din cauza otrăvii ce se presupune că omoară celulele maligne – dar și pe cele bune, trebuie s-o spunem –, iar la ieșirea din casă purtați o perucă sau o pălărie frumoasă pe craniul chel, care vă apropie de calviția masculină chiar și pe dumneavoastră, doamnă, dar șttttttt, o să treacă... Vara, mai ales, evitați soarele pe pielea neprotejată încă de părul capilar! Este dăunător pentru voi în aceste vremuri cu o încălzire globală accelerată. Mergeți pe la umbră, dacă o mai găsiți și dacă vreți să supra-viețuiți! Trăiască pălăriile – de cowboy, de paie, cele de tip Borsalino –, șepcile, beretele și panamalele...

În cazul lui însă, al leului, pălăria sa e de fapt coama aceea deasă. Leul african este probabil mai puțin masiv, cu o treime, după estimările făcute de specialiști, decât ruda sa îndepărtată din Europa, leul de peșteră eurasiatic (*Panthera leo spelaea*). Acesta din urmă a trăit în aceeași perioadă cu *Homo neanderthalensis* sau Omul de Neanderthal (între 250.000 și 30.000 î.H.) ori cu *Homo sapiens* (între 40.000 și 10.000 î.H.), chiar și în Franța, în epoca mult mai rece și înzăpezită a mamuților și a rinocerilor lânoși, împreună cu care apoi a dispărut. Există numeroase dovezi în

legătură cu acest fapt ce au fost obținute în urma descoperirii unor fosile în niște grote celebre aflate pe teritoriul Franței, dintre care unele (La Marche, La Vache, Chauvet etc.) sunt și decorate pe pereți cu desene realizate de adevărați artiști preistorici – care poate că uneori purtau pălării din piei de animale, pe lângă hainele din același material, ca să se ferească de frig în timp ce munceau. Asta ca să nu mai vorbim despre statuetele modelate de ei, ce reprezentau niște oameni cu cap de leu sau de alte feline...

Pe scurt, leul nu bea lapte de vacă, nici nu face chimioterapie, dar trăiește totuși în zone unde poate să fie foarte cald, altădată extinse pe un areal foarte larg, în nordul și centrul Africii. Invadarea teritoriului său de către oamenii moderni, din ce în ce mai numeroși pe planeta Pământ, are de prea puține ori ca rezultat o reconciliere pașnică, ducând mai degrabă la un declin al speciei și, în mod evident, la o reducere a spațiului vital acesteia. Ca urmare, problema a devenit una urgentă. În ciuda măsurilor de protecție, acest splendid animal este în mare pericol de extincție, putând dispărea înainte de anul 2050. Doar dacă vă interesează și vreți să înțelegeți mai bine de ce ne confruntăm, încă din secolul XX, cu dispariția atâtor specii de animale și de plante, trebuie să știți că pe Terra trăiau 1,7 miliarde de oameni în 1900, 2,5 miliarde în 1950, 7,5 miliarde în 2011, ajungându-se, în 2023, ca populația lumii să depășească 8 miliarde

de persoane, potrivit ONU... O situație dificilă pentru lei care s-au confruntat cu o reducere a habitatului lor, dar și a prăzii favorite (antilope, gazele, zebre), în timp ce prădătorii (hiene pătate, câini-sălbatici, leopardzi) le devorează adesea puii. Înfometați, ei s-au îndreptat spre carnea de porc, porcii-sălbatici aventurându-se frecvent în culturile păzite de agricultori... Pe de altă parte, fiind niște animale sociale, lei care trăiesc în grupuri sunt în mod special mai vulnerabili la epidemii. În 1993-1994, virusul bolii lui Carré (CDV), transmis de câinii domestici, a decimat populația din Serengeti (în nordul Tanzaniei): astfel, în doar 6 luni au murit mai mult de 1.000 de lei. O altă maladie a dus, de asemenea, la scăderea populației de lei: în 1962, o muscă de grajd, ce se hrănește cu sânge, a redus numărul leilor din craterul Ngorongoro, estimat inițial a fi între 75 și 100, la... 12, și asta într-un singur an! În sfârșit, vânătoria a cauzat și ea destul de mult rău leilor (ca și capcanele care nu le sunt neapărat destinate). Astăzi, în unele țări aceasta este încă autorizată, dar sub control. În prezent, între 15.000 și 30.000 de lei africani trăiesc în libertate, în timp ce alți 500 de lei asiatici se află în India, în sălbăcie. În vremea aceasta, noi sperăm ca în viitorul apropiat să eradicăm acneea, calviția, cancerul (și efectele chimioterapiei) și necesitatea de a recurge la peruci și la părul fals.

Chiar dacă trebuie să fac mai puține dușuri - iar în același timp să îmi mențin și părul curat - și să folosesc mai puțin lapte de corp - asta e, pielea o să fie mai închisă la culoare, mai ales dacă vara asta m-am bronzat mă descurc eu, spunându-mi că sunt lucruri și mai rele pe lume... Aș putea oare trăi în Africa, trebuind să merg ore întregi pe jos doar ca să găsesc puțină apă potabilă, la sticlă? Da de unde!



EGOIȘTI CA FURNICILE

*Furnica nu le are cu împrumutatul;
ăsta e cel mai mic defect al ei.*

„Greierele și furnica”,
Jean de La Fontaine



Când studiază fabula *Greierele și furnica*, de Jean de La Fontaine, sau o „recită” la orele de clasă, în capul copiilor există două posibile interpretări, în funcție de educația primită de ei acasă. Din fericire, școala este acolo, pregătită să recentreze puțin discuția. „Totuși, greierele are dreptate să cânte toată vara” este o afirmație făcută chiar și pentru a trage următoarea concluzie: „Dragostea contează, și furnica nu prea are aerul unei romantice.” Iată ideea care circulă în capul acelor ce au pierdut vremea toată vara

și care încolțește și în mintea adolescenților intoxicați cu di

> > > J
verse reality-show-uri, în care li se spune că se pot îmbogăți la TV, fără să facă nimic, ori răgând și închipuindu-și că interpretează câteva frânturi dintr-o melodie.

Puști de bani gata sau nu, aceștia îl găsesc pe greiere foarte *cool*, trecând aici drept leneșul de serviciu, ce a profitat la maximum de viață timp de două luni (ceea ce fabula nu spune este că acesta moare ulterior foarte repede, în timp ce furnica...).

În fine, cealaltă parte a clasei, poate mai puțin privilegiată ori mult mai lovită de viață, își spune că furnica are dreptate să fie egoistă, dacă a muncit din greu toată vara, păstrând acum doar pentru ea ceea ce a agonisit singură. Aici lucrurile devin mai complicate pentru puștii aceștia, poate defavorizați din cauza unor probleme de acasă, precum o familie cu numeroși membri ori una monoparentală, și care știu ce înseamnă un sfârșit de lună dificil... Posibil ca totii frații

? > J
și surorile să mănânce același fel (de mâncare) seara și în weekend, și nu neapărat pe săturate (cutiile de lapte și pasteile vândute în cantitate mare nu sunt la fel de scumpe precum cartofii, dar cine vrea să-i curețe pentru patru, cinci sau șase persoane, la o singură masă?). Fără a mai vorbi despre imposibilitatea de a dispune de

propria cameră în care să se joace, să citească ori să-și facă temele – să muncească, hm, da, deja – cu speranța secretă că într-o zi o să-și poată continua studiile la care visează și o să reușească în viață. Însă, în cazul în care părinții lor nu au posibilități materiale, adio, vise!, și poate chiar adio, școală!, direcția piața muncii, începând probabil cu a sta disperați la coadă la Forțele de muncă – „Un loc de muncă, vă rog, nu contează ce, trebuie să-mi ajut familia!” –, șomaj, job, șomaj fără indemnizație pentru că nu au o diplomă, nu au o meserie: școala costă mult, iar cursurile de formare profesională sunt și mai scumpe! Nu le rămâne decât să-și plângă de milă fără o leț- caie în buzunar și să cadă în depresie, așteptând să facă pe greierii vara, între două servicii, știind că în acea perioadă – din iunie până în septembrie, cel mult – se caută tineri care să servească în barurile și restaurantele de pe coastele franceze sau din insulele grecești ori spaniole. Atunci are loc o invazie a turiștilor în țara greierilor: infernul „bieților” oameni care în viitor vor fi „vestele galbene”, ce adoră deja egoismul furnicii? Atât de bogată este aceasta că își poate permite luxul de a trăi liniștită vreme de 15 ani, în cazul rezistentei furnici negre de grădină (trebuie să credeți că răcoarea vegetației îi priește reginei), pe când un greiere se află în stare de larvă, în sol, de la 4 la 6 ani, în funcție de calitatea pământului, și moare la câteva săptămâni după ce iese la suprafață, fiind suficient timp ca un mascul adult ce speră să

atragă o femelă pentru reproducere să „cânte” într-un pin, doar când e foarte cald, dar și secetă în Midi, la ora când turiștii savurează *un pastis*²⁸... Nu-i drept să mori așa de tânăr în timp ce alții muncesc!

Uneori, trebuie să fiu o persoană egoistă precum o furnică, care muncește din greu toată viața! Pentru că, la naiba, n-am decât una! Vorbesc de viață. Și nu pot să fac totul doar pentru ceilalți...

REVIGORAȚI DE SOARE CA LEMURII CU COADA INELATĂ

*Un soare nu eclipsează
un alt soare. Soarele nu este eclipsat
niciodată decât de lună.*
Victor Hugo



La lumina soarelui, animalul frugivor cenușiu,
cu ochii de culoarea alunei, ajurați cu negru,

28 Băutură alcoolică tare, pe bază de anason, care conține și extracte naturale de lemn-dulce. (*n. red.*)

ca și cum ar purta niște ochelari, își reîncarcă bateriile! Așezat cu brațele desfăcute larg, lemurul – vedeta grădinilor zoologice din Europa – profită în mod normal de viață, pe insula lui situată în Oceanul Indian, nu departe de Insulele Mauritius și Réunion, adică în Madagascar. De acolo primata pare să ne sugereze că nu trebuie să mai credem că „a sta ca șopârla la soare”, pe plajă sau în grădină, pe marginea piscinei, înseamnă „să trândăvești”. Să ne amintim că șopârlele sunt acele reptile prezente aproape oriunde pe glob, ca altădată giganticii dinozauri, „cu sânge cald”, potrivit oamenilor de știință ce continuă să șovăie în legătură cu acest subiect... Dar reptilele precum amfibienii sunt astăzi vertebrate cu sânge rece, poichiloterme, cu metabolismul mult mai lent decât al homeotermelor, vertebratele cu sânge cald, adică mamiferele și păsările din zilele noastre.

Așadar, temperatura corporală a acestora din urmă rămâne constantă grație unui consum mare de alimente, de oxigen și de apă, care asigură funcționarea de zi cu zi a „caloriferului intern al animalului” (mai puțin la animalele care hibernează un timp mai îndelungat sau mai redus). Temperatura cea mai scăzută, de 4 °C, o au aricii, hârciogul o menține între 13 și 32 °C, la fel ca ursul iarna, iar furnicarul, între 30 și 35 °C; castorul, diavolul tasmanian sau girafa au o temperatură corporală de 34 °C; cimpanzeul și

cerbul, la fel ca omul, de aproximativ 37 °C; 38,5 °C în cazul câinelui, al porcului și al pisicii; 38,7 până la 39 °C la vacă etc. Reptilele, pe de altă parte, a căror temperatură corporală medie nu depășește necesarul de 20 °C, sunt nevoite să înmagazineze căldură, expunându-se la lumina soarelui, înainte de a-și putea începe activitățile obișnuite, perioadele zilnice de încălzire și de răcire, pe scurt, dar uneori fără să mănânce nimic toată ziua! În fine, treaba este puțin mai complexă în cazul peștilor, animale ectoterme, cu sânge rece, care se scufundă mai mereu la aceleași adâncimi, în ape teoretic cu o temperatură stabilă, dar influențate de curenții marini și de încălzirea globală...

Deci, a sta ca șopârla la soare sau a trândăvi? Asta face leneșul, individul fără vlagă care nu are chef să-și folosească la nimic cele zece degete ale sale, ori... Având același nume și totuși fără legătură, mamiferul arboricol didactil sau tri-dactil - cu două sau trei degete la membre - ce trăiește la înălțime, în pădurile tropicale din America, care are o temperatură internă variind între 24 și 33 °C (în ultima eră glaciară, existau astfel de animale și de dimensiuni gigantice) și o blană acoperită de clorofila conținută în microalgele verzi cu care are o relație simbiotică! Întrebare: va supraviețui el defrișărilor, adică, altfel spus, va rezista el, ca și noi, dispariției răcorii dătătoare de viață... la umbră, oricând o să vrea să aibă parte de ea? Lemurul cu coada

inelată (sau vărgată) este o specie preponderent terestră și mai activă. Are o coadă elegantă, în dungi albe și negre, iubind și el verdeața. Dar pentru nimic în lume nu s-ar lipsi de statul la soare – care îi permite și pielii noastre să-și facă plinul de vitamina D; în caz contrar, există și uleiul din ficat de cod... Vitamina D contribuie la absorbția calciului și a forforului

în intestine, fiind esențială pentru oase, un tonus muscular și un moral mai bun etc.

Un moral mai ridicat la soare și poate și un miros mai frumos? În fine, totul depinde doar de vreme sau de igiena în mijlocul naturii. Regimul alimentar contează și el foarte mult. Nu „mirosim” la fel când ne sufocăm de cald sau atunci când tremurăm de frig. Iată de ce există câini cu un miros foarte fin și un nas incredibil, ce-i ajută pe jandarmi la munte sau în anchetarea crimelor, la descoperirea cadavrelor aflate în descompunere. Dar pe un corp viu moleculele ce produc mirosul sunt, în mod evident, mai pronunțate în anumite zone sensibile ori umede: la nivelul gâtului, al axilei sau în zona inghinală... Astfel, în sezonul împerecherii, lemurii cu coada inelată se atrag... cu niște substanțe puternic mirositoare secretate din zona abdomenului inferior sau de sub coadă!

Pare foarte romantic, dar ca la toate mamiferele zonele genitale pot elibera un amestec de mirosuri mai mult sau mai puțin atractive și detectabile, în funcție de compatibilitatea sexuală

a partenerilor. Astfel, în cazul lemurilor cu coada inelată (*Lemur catta*), masculul are trei perechi de glande scrotale, la nivelul testiculelor, ce transmit în aer informații despre patrimoniul său genetic. Diversitatea genelor domnului în cauză crește cu atât mai mult complexitatea mesajului olfactiv trimis. Întrebare: oare există vreo damă la înălțime care să îndrăznească acuplarea, și, cine știe, dacă natura e de partea cuplului în momentul împerecherii, actul se va traduce prin nașterea unei progenituri, destul de puternice pe plan genetic, încât să reziste unui viitor nesigur?

Nu aștept vacanța de vară ca să mă expun în mod frecvent la soare. Deci, îmi încarc „bateriile” de mai multe ori pe săptămână la lumină, precum le- murii cu coada inelată, chiar dacă nu este vorba decât despre o plimbare de câteva minute pe afară. În trecere, mă ocup și de poveștile de dragoste sau de suflet, chit că trebuie să cumpăr un deodorant bun, dacă transpir puțin...



CE TREBUIE SĂ REȚINEM DE LA PRIETENELE NOASTRE, ANIMALELE

Calitatea vieții și ecologie

- ▶ Vara, stau la răcoare și mă destind la umbra unui copac, neuitând să arunc gunoaiele într-un cos.
- ▶ Evit să irolesc apa și învăț să-mi gestionez cât mai bine propriile rezerve.
- ▶ Învăț să fiu puțin și o persoană egoistă, uneori doar ca să am mai multă grijă de mine.
- ▶ Mă expun în mod frecvent la lumina zilei, ca să-mi încarc bateriile.



SĂNĂTATE

ŞI CONTACT

IN COMUNIUNE CU ARBORII CA URȘII

*Suntem maimuțe ce au renunțat
la gimbușlucuri, ca să imite prost
bivolii și urșii.*
Voltaire

In mod evident, urșii trăiesc în pădure niște aventuri extraordinare, pe care însă noi nu le cunoaștem... Bineînțeles că știm cu toții caricatura americană din lungmetrajul de animație („Din aventurile lui Winnie de Puș”) apărut în 1977, în care tânărul Winnie, un pui de urs grasuț, devine pentru ani buni o vedetă a micului ecran, mai mult decât a marelui ecran, fiind promovat de studiourile Walt Disney... Dar în realitate, personajul „Winnie the Pooh” [„(Ursulețul) Winnie Puh”] a apărut într-un text pentru copii al scriitorului britanic Alan Alexander Milne (1882-1956), care mai întâi a cunoscut Primul Război Mondial, înainte de a ajunge să scrie despre acest animal. Ursul în discuție, născut în 1926, a fost desenat în carte de către

Ernest Howard Shepard, după trăsăturile unui personaj mai puțin pântecos decât cel american...

La cei de la Disney - îndrăznim noi să spunem - Winnie e puțin prea gras - în același timp, el însuși mărturisește într-un cântec că „iubesc laptele, mierea, ciocolata” - și pare cam prostuț. Ceea ce însă nu-l împiedică să aibă o mulțime de prieteni mai mult sau mai puțin entuziaști, cu care discută cele mai diverse lucruri: Eeyore („Aiurel”), măgărușul bosumflat cu ochi blegi, Kanga, mama-cangur, și odrasla ei, Roo, țopăitorul Tigru, subțirelul Purceluș, înțeleptul maestru Bufniță, grădinarul și întreprinzătorul Iepure și, în sfârșit, Christopher Robin, singurul băiețel din poveste. Despre ce vorbesc toate aceste personaje? Nu întotdeauna despre lucruri pasionante, așa cum ar fi preconizata dispariție a albinelor ce produc mierea cu care uneori este plin vasul de lut al lui Winnie...

Dacă nu v-au plăcut niciodată monologurile ursulețului Winnie în fața oglinzii, lentoarea lui verbală și cea motrică sau, din contră, rapiditatea exagerată a discursului inseparabilului și enervantului său prieten Tigru, nimeni nu vă poate învinovăți. Poate că ați preferat de mii de ori - un pas în față - desenul animat *Bouba le petit ourson* („Bouba, micul pui de urs”), „mai puțin tâmp”, dar probabil și mai puțin costisitor, difuzat pe canalul TV France 3, începând cu 1981? *Bouba* este un desen animat ce reprezintă o versiune

japoneză a vieții tânărului plantigrad, prieten cu un mic indian – nu Yakari, un altul –, și pe al cărui generic, rămas celebru, apare o vedetă, umană de această dată, din epoca lui *Guinol* și a *Motanului încălțat*, și anume Chantal Goya. În fine, cei mai mulți dintre voi nu ați avut cum să ratați nici mult mai rusticul și sălbaticul film *Ursul*, al regizorului francez Jean-Jacques Annaud, apărut în 1988.

Copacul, un refugiu pentru ursulețul Winnie, reprezintă mult mai mult decât un loc unde poate găsi un stup de albine plin cu miere? Este copacul un punct de observație natural pentru contemplarea cerului și a soarelui? Este bun copacul pentru a te ridica puțin de la pământ fără să-ți pierzi capul, cu condiția de a fi destul de acrobat încât să evaluezi corect înălțimea la care să te așezi și să reflectezi, să mănânci, să citești? Pentru panda, femelă ori mascul solitar, care face parte și el din familia urșilor, se hrănește cu bambus și despre care se spune că e prea puțin interesat de „chestia sexuală” – ori, ca să fim mai preciși, de reproducere, fiindcă rareori e „fecund” –, arborii sunt, de asemenea, esențiali, în mod normal, pe acest animaluț adorabil, alb cu negru, nu-l găsim decât în centrul Chinei, la mare altitudine, între 1.800 și 3.400 m, în munții împăduriți din provinciile Shaanxi și Sichuan, ultima fiind lovită în 2008 de un cutremur violent, care a provocat moartea a 70.000 de oameni și oare a câți panda? Se pare că în prezent mai există aproximativ 1.500 de panda în stare de

sălbăticie, o estimare simplă care nu ia în calcul exemplarele schimbate în captivitate de grădinile zoologice... în acest timp, așii donărilor le fac promisiuni vizătorilor – proprietari de zoo ce vor să răspundă cererii mari a numeroșilor vizitatori... –, că o să-i ajute contribuind la reproducerea în mod artificial a acestor animale, și, surpriză, fără penetrare, pentru că ele continuă să facă nazuri când vine vorba despre „amorul” ce li se propune fără sentiment ori romantism. Asta spre deosebire de boogze-woogze-urile urșilor grizzly din Montana, Statele Unite, care în „viața lor reală” au fost filmați în timpul „gimnasticii” piele pe piele pe care o fac rezemați de trunchiurile de copaci, în două labe și mai mult sau mai puțin în genunchi. Doar pentru a-și lăsa amprenta olfactivă și a marca astfel trecerea lor printr-un semnal olfactiv. Domnul își așteaptă doamna cât mai curând la intersecția trunchiurilor 32 și 56. Rugăminte: nu tăiați acești copaci pentru a-i transforma în niște cărți stupide! Îmbrățișați arborii, dar numai dacă vă spune inima. Poate că aceștia nu au niciun chef să se lase cuprinși de mâinile voastre de oameni.

Mă plimb adesea prin pădure ca să admir nuanțele specifice fiecărui anotimp: florile primăvara, frunzele verzi vara, în tonuri de ocru toamna, albastre și albe sub crengile încărcate de zăpadă, iarna. Și nu ratez nici măcar o dimineață

în care să nu mă apropii de copaci, o chestiune ce ține de sănătate. îmi face bine să-i văd, chiar și fără să-i ating... Cu atât mai mult cu cât există diverse alergii, un motiv în plus pentru a sta la distanță: ca să văd mai bine, să privesc cu atenție, fără să pipăi, să admir frumoasele plante, cufundându-mă, în fiecare anotimp, în universul vegetal, nimic mai potrivit pentru a-mi susține moralul întregul an.

SAVANȚI CA PORCII

Porcul. Un animal surprinzător

(Le/cw

prin intensitatea și splendoarea

apetitului său.

Ambrose Bierce



Cum ar putea fi porcii, verii mistreților, niște intelectuali? Acestor animale le place să se tăvălească prin noroi ca să lupte împotriva paraziților, iar noi îi creștem în întuneric, ca apoi să preparăm din carnea și organele lor caltaboș, cârnați și jambon. îi facem să sângereze. îi tăiem bucăți. îi lăsăm în lapte de vacă o noapte întreagă ca apoi să-i gătim la cuptor și să-i savurăm stropiți

cu sos de ciuperci... Asemenea animale ar putea fi considerate savante? Au făcut ele studii în cocină? De altfel, inteligența se rezumă oare la nivelul studiilor?

Și apoi ce presupune a fi savant, când termenul continuă să se refere și la rățoiul Gyro Gearloose de odinioară? Mai sunt și cei din Antichitatea greacă: filozoful Platon, Aristotel și metafizica lui, Hipocrat, părintele medicinei, matematicianul Pitagora, istoricul și geograful Herodot etc. Și cei din

Renaștere, din Veneția, Pisa... din Italia, paradisul culinar al pizzei și al pastelor: Galileo, inventator, printre altele, al lunetei astronomice, Leonardo da Vinci, desenatorul frumoasei anatomii a „Omului vitruvian”, Antonio Vivaldi, compozitorul *Celor patru anotimpuri*.

Interesantă întrebare: inteligență, experiență, antrenament, talent, pasiune, coeficient de inteligență, educație, diplomă și... pile, în cazul oamenilor? O întrebare la care nu ar ști ce să răspundă cei trei purceluși din capodopera americană a lui Walt Disney, din 1933... în afară de a cânta la fluier, la vioară și la o mistrie de zidar și a întreba: „Cine se teme de lupul cel rău?”, în timp ce stau ascunși în case. E greu să ni-i imaginăm pe acești mici grăsunii roz dând lovitura la un test de IQ.

Și totuși, oamenii de știință susțin cu hotărâre,

la fel ca veterinarii și specialiștii din publicitate, că în cazul porcului totul este bun! Acesta e drăguț și are un auz excelent. De altfel, în laboratoare a fost văzut strălucind la jocurile video, pe un computer adaptat, iar în exterior, jonglând cu o minge de fotbal standard... Are un simț al mirosului la fel de dez

voltat ca cel al câinelui, o memorie excelentă, știe să culeagă informații despre mediul în care trăiește, chiar și atunci când se află într-un labirint experimental, și să revină pe drumul pe care a plecat pentru a nu rata ceva bun de mâncare, așteptându-și cu înțelepciune rândul într-o ascunzătoare. De altfel, cu un astfel de râțat de sensibil, un porc dresat în găsirea trufelor știe să demonstreze că educația de care a beneficiat nu a fost în zadar. Așa că i-ar putea face geloși pe unii căței, cu atât mai mult cu cât oamenii au început să facă de-a dreptul un pas înainte, adoptând porci ca animale de companie...

După un lucru de felul ăsta, sigur nu o să vă mai uitați în același mod la propriul copil înfulecându-și sendvișul *jambon beurre*, după ce v-a mărturisit că a luat o notă proastă la matematică. Dar același lucru vă împiedică oare să cumpărați medalia de carne de porc de la măcelărie pentru masa de duminică seara, luată împreună cu fiii voștri? Nu prea cred asta.

Dacă porcii sunt inteligenți, iar porcușorii-de-Guineea nu se lasă nici ei mai prejos - deși nu provin din aceeași familie și nu-i mai mâncăm, în mod oficial, începând cu secolul XXI —, atunci noi în ce ne transformăm?

Dacă aceștia sunt capabili să apese pe o tastă a computerului, să gândească și să comunice cu oamenii, cum vom putea noi să suportăm în continuare gradul de suferință pe care îl îndură ei în fermele agricole, împinse la tot felul de excese de creșterea exagerată a populației umane pe Pământ? Ar trebui ca porcii să nu găsească niciodată codurile de internet ale spinoaselor experimente din laboratoarele de cercetare, pentru că așa poate ar fi capabili să facă să sară în aer totul pe această planetă a maimuțelor...

Să încercăm, de asemenea, să ne cultivăm inteligența și cunoștințele despre faună, pentru a rămâne superiori și la înălțime.

Și, la naiba, să căutăm să revenim în mod regulat la acest nivel, adică să îndrăznim să ne fixăm obiective și să ne perfecționăm, pentru a obține mereu noi calificări!



IMUNI LA CANCER ASEMENEA RECHINILOR

Emil Cioran

Îngrijorate atât de suprapopularea planetei – și pe bună dreptate –, de marile diferențe – de la o țară și o regiune la alta – între rata natalității și cea a mortalității, de inegalitatea – nu numai salarială – dintre bărbați și femei, de foametea existentă în lume, cât și în legătură cu resursele de apă, cu amplitudinea termică dintre vară și iarnă, cu șomajul, cu încălzirea globală – care în zilele noastre a trecut de la ficțiunea de odinioară la „cruda realitate”- etc., ființele umane se reproduc fără motiv și sfârșesc prin a muri, tot fără motiv, de cancer.

Putregai uman, tumora reprezintă o creștere necontrolată a celulelor noastre, care se multiplică fără direcție și fără obiectiv, pentru a ne transforma în niște monștri, cu „bile” (sau umflături) peste tot, în interior și în exterior, până ce ajung să ne sufoc... Cancerul este groaznic, el ucide mulți oameni, iar noi încercăm să luptăm contra lui în mod responsabil, în țările occidentale, încă de la sfârșitul Celui de-Al Doilea Război Mondial. Europa a avut puțin timp pentru a se reconstrui și a-și reveni – mă refer la orașe, la domeniul agricol, la sistemele de educație, lăcașurile de cult, diverse industrii, spitale – și, hop, racul s-a abătut asupra bieților oameni în anii 1960, purtând în mod oficial numele de „cancer”. În acest timp, rechinii hoinăreau deja pe sub tropice, în apa sărată, fără să le pese de vreo tumoră: se mulțumeau să înoate în permanență, să vâneze din când în când și în cazul lor nu tu spitale, deci nu tu drept să agațe vreo bilă, ci doar datoria de a prinde o pradă, pentru a-și umple burta și a pleca mai departe.

OK, marele (rechin) alb, având o lungime de 4 până la 6 m și o greutate situată între 1.000 și 2.000 kg, înfulecă, atunci când are ocazia, mamifere marine de mari dimensiuni (balene, foci, delfini...), dar și oameni, și își bagă botul prin tot felul de ape, nu întotdeauna curate. Risc de cancer?

Este adevărat că se poate scufunda oriunde în

adâncuri și parcurge cu ușurință sute de kilometri, inclusiv de-a lungul țărmurilor populate, riscând astfel să se scalde în ape pline de produse toxice, cancerigene. Totul depinde de mirosul lui și dacă el este destul de fin pentru a-l ajuta să evite astfel de zone, cele mai concentrate în substanțe periculoase (în avalul orașelor care altădată erau cele mai industrializate, dar e posibil să fie așa chiar și în prezent), sau e posibil ca oricum treaba asta să nu-i mai servească deja la nimic, fiindcă toate oceanele sunt pline cu deșeuri din plastic și cu alte particule microscopice trecute de atâtea ori prin ansamblul lanțului alimentar marin. Problema este foarte dificilă, chiar dacă timp de câteva zile încerci să ții o dietă... Celula canceroasă se multiplică deja, aștepând să facă „pui”: cancer, cancer, cancer...

Așadar, noi, oamenii, avem vreme să ne plictisim, să ne plângem că ne este rău și că ne e frică să murim de cancer sau din cauza chimioterapiei care epuizează și face să cadă până și cel mai frumos păr, blond, roșcat, castaniu, negru sau alb. Pe de altă parte, rechinul nu are timp să se plictisească și să se vaite; el călătorește permanent și nu-i pasă dacă sălile de așteptare de la urgență, de la cabinetul medicului de familie sau al oncologului sunt pline ochi. Rechinul face zilnic sport, admiră peisajul marin - dacă mai rămâne ceva din el - și călătorește, călătorește, călătorește...

Într-o carte intitulată *Și totuși rechinii nu fac cancer*, dr. I. William Lane afirma că aceștia sunt scutiti de boală și

I > >
propunea ca pur și simplu să consumăm pe cale orală extrase din cartilagiu de rechin! Adică ne recomanda niște pastile, mai mult decât un praf, deoarece societatea modernă preferă încă să se trateze cu medicamente ori cu produse similare – sub formă de capsule, pulbere, comprimate, injecții etc. – decât să facă efortul de a găti sănătos și a se mișca mai mult... Așadar, oficial și neoficial, ni se vând tratamente pe bază de cartilagiu de rechin, și asta tocmai nouă, niște animale cu schelet osos, ceea ce aduce un profit frumos anumitor companii. Și probabil că există oameni care au spus stop chimioterapiei, fără ca noi să știm în momentul de față dacă sunt morți sau vii, pentru a confirma reușita „tratamentului” pe care l-au urmat...

Fără să intru în mai multe detalii, dacă aș fi ca un rechin, trebuind să înot în fiecare zi ca să pot respira (doar că un rechin este în permanență sub oglinda apei sau în adânc, spre deosebire de mine, care îmi țin mereu picioarele pe uscat), ar trebui să-mi petrec viața mergând pe jos! Și astfel nu aș mai avea timp să mă gândesc la cancer... Deci, s-o luăm la picior?

ELEGANȚI CA VULPILE

*eacaniâctiă/, tiv nu ești/ peitiuv
mtiv&*

*decât un băiețel, la fel ca alți sute de
mii asemenea ție [...]. Nici tu, pe de
altă parte, nu ai nevoie de mine. Dar,
dacă mă îmblânzești, o să avem nevoie
unul de celălalt. Tu vei fi pentru mine
unic în lume. Și eu pentru tine, la fel.*

Antoine de Saint-Exupéry

Când ne uităm la o poză cu o vulpe, ni se pare că este un animal foarte bine situat – dar unde, pe scara evoluției biologice? –, între câine, mai mic de statură, domestic și îngrijit (de om), care se cuibărește cu o mare plăcere pe o canapea confortabilă din casă sau într-un coș cu păturică, și lup, o specie sălbatică, de talie mai mare, cu blana cenușie, simțindu-se în elementul său noaptea, în pădure, precum și în zăpadă, cu condiția să aibă din când în când o pradă cu blană de vânat... Nu numai mielusei!

J

Când se naște, vulpea este gri. Apoi la maturitate devine, în Europa, acel suplu canid roșcat, cu labe negre și burtă albă, chiar și iarna, anotimp în care blana sa ajunge să fie mai groasă și mai lungă, ajutând-o să suporte mai ușor temperaturile negative de afară. Dar nu e atât de rezistentă la ger precum celebrul și mai îndesatul husky siberian, un canid cu ochi albaștri și blană groasă, ce seamnă cu lupul dintr-o haită și care, înhămat împreună cu alți colegi ai lui, trage sania eschimoșilor – un mijloc de transport extraordinar de util în regiunile din Marele Nord, unde munții de zăpadă fac drumurile impracticabile, chiar și cu o mașină cu tracțiune integrală...

Astea fiind spuse, foarte valoroasa vulpe-polară se poate lăuda că suportă temperaturi de până la -50 °C, grație hainei sale albe de iarnă și alimentației pe care le are. Vulpile năpârlesc în fiecare an și, totuși, cad mereu în picioare. Este ceva ce ține de „clasă”! Sunt elegante și sobre în ținuta lor adaptată mediului, dar și în mișcările pe care le fac. Ar trebui să ne inspire la fiecare schimbare de anotimp, mai ales când se apropie marile geruri, înainte de luna decembrie, moment în care suntem nevoiți să investim în paltoane, cizme sau pantaloni noi...

îmi anticipez „năpârlirea”, dar nu precum șarpele, cu pielea lui specifică ținutelor rock-and-roll, ci asemenea vulpii, cu blana ei. Mănânc cum

trebuie ca să fac față cerului albastru sau gri, ploii, vântului, gerului, zăpezii... Fiind o persoană prevăzătoare, investesc - nu în ultimul moment — în haine la modă, adică elegante și călduroase în același timp, pentru a trece cu bine de iarnă, atât în interior, cât și în exterior, fără riscul de a-mi rupe o lăbuță sau un braț înainte de sfârșitul sezonului.

ATEMPORALI SAU REZISTÂND TRECERII TIMPULUI CA TARDIGRADELE

*Sunt zile, luni și ani interminabili,
când nu se întâmplă aproape nimic.
Sunt apoi minute și secunde în care
încap lumea întreagă.*

Jean d'Ormesson



Tardigradul este un animal microscopic vegetarian (se hrănește cu licheni), care are mai puțin de 2 mm. Micuțul urs-de-apă sau urs-de-mușchi a fost descoperit la sfârșitul secolului

al XVIII-lea și e capabil să suporte cele mai aspre condiții de temperatură, de presiune atmosferică, diverse schimbări climatice, o secetă dintre cele mai grave, dar și geruri năprasnice, fiind timp de secole un veritabil Hibernatus²⁹, chiar și în ghețurile Arcticii... Aici este vorba despre magia criptobiozei (sau a anabiozei), o stare de somn (o dezactivare a tuturor activităților vitale), trecând printr-o deshidratare a celulelor, înlocuindu-se apa cu glicerol și trehaloză (zaharuri) și formând în jurul corpului un fel de carcasă sau un strat de ceară. Tardigradele sunt puțin sensibile la trecerea timpului (își suspendă îmbătrânirea, dar nu sunt nemuritoare), foarte rezistente sau aproape indestructibile (așa cum s-a dovedit la întoarcerea lor pe Pământ, după o călătorie în spațiul cosmic, unde au fost trimise pentru niște experimente științifice de către Agenția Spațială Europeană), au patru perechi de picioare, fiind deci niște campioane ale deplasării. Numele lor provine din latină, unde *tardus* înseamnă „lent”, „încet”, iar *gradior*, „a merge”, în mod cert, tardigradele sunt niște creaturi dure, fiind ase-

29 Personaj din coproducția omonimă franco-italiană, regizată de Édouard Molinaro. Filmul a fost difuzat pentru prima oară pe marile ecrane pe 10 septembrie 1969, fiind o adaptare a piesei cu același nume semnate de Jean Bernard-Luc. Actorul francez Louis de Funes îl interpretează pe omul de afaceri Hubert de Tartas, care află că persoana congelată, descoperită într-un bloc de gheață în timpul unei expediții franco-daneze la Polul Nord și a cărei inimă începe să bată, este exploratorul Paul Fournier (Hibernatus), bunicul soției sale. (*n. red.*)

mănătoare cu artropodele (încrengătură de nevertebrate ce năpârlesc: trilobiții cu vreo 20 de perechi de picioare, din paleozoic, crustaceele cu 5 până la 7 perechi, păianjenii și scorpionii cu 4 perechi, insectele cu 3 perechi)...

Deci, termenii de „atemporal”, „fără vârstă”, uneori chiar „nemuritor”, nu sunt aplicabili doar în cazul modei, al hainelor ce nu se demodează niciodată, rezistând trecerii timpului, și al căror succes rămâne neschimbat de la o generație la alta: despre blugi putem spune că sunt așa, neîncetând să fie la modă nicicând, la fel despre pantalonii de catifea (chiar dacă gurile rele spun uneori că sunt „demodați” sau „vintage”), gecile de piele, sau din imitație (de piele), pentru cei mai modești, ca în alte părți ale lumii despre paste bolognese, pizza, brânza *Raclette*, bradul sau rulada *buche au chocolat* („buturuga de ciocolată”) de la Crăciun, *galette des rois* („tarta regelui”) în ianuarie, despre melodiile de pe YouTube ale lui Johnny Hallyday, în Franța, sau videoclipul piesei *Thriller* a lui Michael Jackson, pe tot mapamondul...

Ca și cum toate aceste elemente sau lucruri ar rezista în orice situație și moment și le-ar plăcea mereu majorității oamenilor, deși au ingrediente atât de diferite: de exemplu, laptele de vacă din care s-a făcut brânza *Raclette* la începutul anilor 1980 nu poate să mai aibă același gust 40 de ani mai târziu, pentru că între timp practicile folosite în fabrici pentru prepararea ei s-au schimbat, iar

bovinele au cunoscut momentul – probabil dificil pentru animalele de fermă – celor „Treizeci de ani de glorie” de după Cel de-Al Doilea Război Mondial (1946-1975), adică epoca agriculturii intensive ce trebuia să hrănească toate acele ființe înfometate, rezultate din *baby-boomuri*, pe care trebuia să le mai și îmbrace, dacă era posibil, bine...

De aceea a apărut și necesitatea de a stăpâni arta tranșării cărnii și de a face ceva folositor din toate acele piei de animale rămase, cu condiția, bineînțeles, de a forma niște meșteșugari care să prelucreze un material rezistent și el trecerii timpului! Dacă meșteșugarii sunt talentați, este posibil ca în magazinele și piețele noastre să se mai găsească portofele, genți, cizme, pantaloni, fuste, veste sau paltoane splendide, provenind din anii aceia... Trăiască marochină-ria! Și la fel cei de 68 de ani, plini de viață, fericiți să asiste la revenirea acestei mode, îmbrățișate în prezent de tot mai mulți oameni, mai tineri și mai în vârstă.

Prin urmare, ducă-se-pe-pustii toate dorințele sau tendințele suicidare, complexe legate de vârstă și de apariția ridurilor (de altfel, dacă ne uităm mai de aproape, o piele bună este întotdeauna puțin ridată...), precum și gândurile negre cu privire la sfârșitul vieții. Cu o moarte toți suntem datori, dar măcar să ajungem dincolo cât mai târziu posibil și fiind în pas cu moda, atemporală sau mereu tineri, fără însă a fi nemuritori. Să le lăsăm acest privilegiu marilor in-

telectuali, care oricum mor și ei: dovada, un domn șic – care în operele sale a evocat adesea trecerea timpului –, Jean d’Ormesson, ne-a părăsit la vârsta de 92 de ani, în decembrie 2017, cu doar câteva ore înainte de rockerul francez Johnny Hallyday, răpus de cancer, la 74 de ani. Nemuritor, ca să nu spunem că nu se demodează niciodată, cel puțin pentru o bună bucată de vreme în viitor, membru al Academiei Franceze, mort de-a binelea, la fel ca cea pe care o admira, eleganta Simone Veil, dispărută pe 30 iunie 2017, la 89 de ani. „Omul este un prizonier al familiei, al mediului, al meseriei și al timpului său”, scria Jean d’Ormesson, nemuritorul. O dovadă că nu era un prizonier al epocii ori al stării sale, acesta a găsit timp să moară.

Încetez să-mi mai plâng de milă atunci când mă gândesc la moarte, vârstă, riduri ori la timpul ce se scurge în mod ireversibil. Încerc să nu devin o prizonieră a felului în care mă privesc ori mă judecă ceilalți, să nu-mi pese de asta și să mă preocup de propriile puncte de interes. Chiar dacă nu sunt materiale, ci pur intelectuale și care par invizibile. Pentru a gândi, trebuie să mă mișc, puțin...



CE TREBUIE SĂ REȚINEM DE LA PRIETENELE NOASTRE, ANIMALELE

Sănătate și contact

- ▶ Mă hrănesc cum trebuie, cu produse de sezon, pentru a face față vremii de afară și a-mi adapta corpul la condițiile meteorologice.
- ▶ îmi aleg o îmbrăcăminte la modă, dar și adaptată temperaturii din mediul ambiant.
- ▶ îmi asum vârsta pe care o am: nu sunt o prizonieră a timpului care trece în mod ireversibil și a părerii celorlalți. Trăiesc pentru MINE.



ACTIVITĂȚI FIZICE

Şİ SPORT

LA ÎNĂLȚIMEA POTRIVITA CA VEVERIȚELE

*aac pcuvtuv că/ v^czb a s<wiAu/iă
nu Uzsecuivtul că uuUuatur este/
ce ucueùtd.*

Proverb american



O foarte bună acrobată, veverița roșie (sau de stejar) pare să alerge fără teamă pe crengile copacilor, chiar dacă i se poate întâmpla uneori să cadă și să sufere un accident mortal. Veverița de pădure din Europa nu este chiar mica maimuță din pădurile tropicale. Rozătoare, nu primată, ea se deplasează totuși foarte rapid dintr-un copac în altul, permițându-și câteva opriri în drum pentru a observa împrejurimile.

Cu vârsta, și deci prin antrenament, se pare că nu prea ajunge să sufere de vertijul ce le provoacă greață ori amețeală oamenilor care suferă de acrofobie, adică de teama patologică de locurile înalte. Nu există vreo legătură nici cu arahnofobii, ce intră în panică la vederea unui mic păianjen,

nici cu claustrofobii, morți de frică la ideea că ar putea rămâne blocați în lift, nici cu agorafobii, înspăimântați de mulțimi, chiar și în spațiile largi, deschise...

Veverița se deplasează cu o mare ușurință, chiar și pe crengile subțiri. În sud, vara, aceasta este deranjată doar de păsări, de cântecul greierilor din zilele foarte călduroase și uscate și, câteodată, de urletele turiștilor loviți în aripă, doborâți de diferența de temperatură față de regiunea din care provin: câte mese fericite și zgomotoase în perspectivă...

Cât despre veveriță, care nu va îngurgita în tot acest timp resturile lor de alune, pizza, pe cele din dozele de bere și cola, ea își va găsi mâncarea cu lăbuțele, la înălțime sau chiar pe solul moale, pe sub copaci. De altfel, nu va rămâne niciodată mult timp pe-acolo. Incognito, inclusiv în orașe, când acestea au strălucita idee de a planta mulți copaci, în funcție de regiune și de anotimp, veverița își poate face cadou alune, nuci, ghinde, conuri de brad, ciuperci, melci, flori, fructe...

Până la urmă, cățărându-ne prin copaci, construindu-le animalelor căsuțe în pădure, uneori la mare înălțime, sau dezvoltând conceptul de parcuri de aventură, cu închiriere de case de lemn, ne explorăm aptitudinea de a trăi mai mult sau mai puțin confortabil la altitudine, asemenea

veveriței, dar și în perfectă siguranță, pentru că știm să spunem nu când simțim că există vreun risc de vertij sau de a cădea. Este important ca noțiunile de limite și niveluri de confort să fie descoperite și de către viitorii locatari ai unui apartament, nevoiți să urce pe scări de mai multe ori pe zi, ori de către salariații unor firme dintr-un imobil potrivit doar pentru niște arhitecți ai viitorului...

Pentru a alege locul în care îmi place să trăiesc și să muncesc, trebuie mai întâi să aflu care este nivelul de confort din apartamentul proprietate personală: în care nu vreau să mă simt sufocată de teama de vid sau împinsă de dorința de a sări în gol de la fereastră. Această zonă de confort și de siguranță se descoperă încă din copilărie și se experimentează mai ales în adolescență: da, trebuie să îndrăznesc să contruiesc căsuțe și să mă cațăr în copaci ca veverița roșie ori pe pereții de escaladă securizați de la liceu, ca să descopăr adevărata natură...

MAI MULT IN PICIOARE, ASEMENEA CĂLUȚILOR-DE-MARE, DECÂT AȘEZAȚI

*°Mlaa/itea/ este/ pteJj.uu ^vtex.1
awz&ntaltt*

*O/ IMll lt vis ilwz&uw,
utața/ ne ^itnd/ CSAUI/*

Francis Picabia

Dacă auziți cuvântul hipocamp³⁰, ce vă vine imediat în minte? Sunt sanse mari ca acest termen să vă ducă imediat cu gândul la o zonă pierdută undeva la baza creierului mamiferelor – adică și la cel al ființelor umane a cărei funcție nu o cunoașteți: mai exact, hipocampu(su)! este responsabil cu memoria, atenția și navigarea în spațiu. Adică cu GPS-ul vostru natural și cu modul în care vă amintiți de el... Asta poate până când vă reamintește de el din întâmplare vreun

³⁰ *Hippocampe* („cal-de-mare”), în franceză, în original, (*n. trad.*)

cercetător, la o emisiune bună de la radio sau de la TV, ori până când GPS-ul mașinii voastre dă eroare, obli- gându-vă să strigați în gura mare: „Ra-ha-tul ăsta de tehnologie din secolul XXI! De-acum încolo mă voi încrede în hipocampu(su)! meu, în intuiție, și voi investi într-un nou ghid Michelin pe hârtie!”

Apoi o să vă gândiți la micuțul „cal-de-mare”, un pește care nu se comportă deloc asemenea celor din imensa lui familie, cea a peștilor osoși. În urmă cu milioane de ani, în niște circumstanțe geologice speciale, evoluția l-a forțat pe acest animal să păstreze poziția verticală și un corp relativ mititel. Anatomia lui este zveltă și subțire, adaptată habitatului său, paturilor de iarbă marină cu flori (cu reproducere sexuată, spre deosebire de algele primitive, reprezentate și de salata-de-mare, salata verde-fluorescentă ce apare pe plajele din peninsula franceză Bretagne, și de algele Kelp, frunzele gigantice care formează pădurile din Pacific, unde trăiesc leii-de-mare și rechinii albi).

Căluțul-de-mare înoată mai ales în poziție verticală - adică în picioare, într-un fel -, deplasându-se însă și pe orizontală, dar cu o viteză redusă, pentru că trebuie să gestioneze și microcurenții marini sau pe cei mai puternici, atunci când vremea este nefavorabilă... Este un as al navigației, din necesitate, având un corp de o mare delicatețe și o oarecare formă de fragilitate. Talia lui oscilează între 2 și 35 cm, în funcție de

specie și de regiunea în care trăiește. Evident, inclusiv în Marea Mediterană, trebuie comparat ce este de comparat: căluțul-de-mare nu are greutatea monstruosului ton roșu (cu o lungime de la 1 la 3 m, ajungând cu ușurință la 300 kg), a unui pește-lup (între 45 cm și 1 m) sau a unei dorade regale (între 50 și 70 cm).

Dar căluțul-de-mare, atât de drăguț arcuit, trăiește mai bine singur printre înaltele plante marine *Posidonia* (*Posidonia oceanica*), o specie de iarbă-de-mare ce crește de-a lungul coastelor mediteraneene, pe care le protejează de eroziune, până la o adâncime de 40 m, acolo unde încă pătrunde puțină lumină... Hrana lui constă în crustacee mici, pe care le aspiră cu botul său (ce seamănă cu un aspirator), având însă mult de suferit din cauza pescuitului excesiv. Scheletul lui sfârșește uscat, ca o comoară, pe piețele asiatice. Se spune despre el că face bine la sănătate. În schimb, tonul roșu, atât de dolofan, cu mușchii lui de culoarea sângelui, se deplasează în marele ocean mai mult în bancuri... Bibanul-de-mare sau lupul-de-mare și dorada, niște pești foarte rapizi și extrem de delicioși, după cum susțin pescarii care au acasă un cuptor performant (sau cunoscătorii restaurantelor ce știu să-i gătească bine) sunt niște animale cărora le place, de asemenea, să hoinărească printre plantele marine *Posidonia* și printre stânci.

Părând să nu-i pese prea mult, nu este întâmplător că în apă elegantul căluț-de-mare

rămâne în picioare toată ziua, înotând cu ajutorul cozii și al cvasi-invizibilelor sale înotătoare, în timp ce „camarazii” lui mai mari își petrec existența lungiți! De altfel, căluțul se află în pericol peste tot în lume: durduliul ton figurează printre prădătorii lui, alături de oameni, care îl pescuiesc pentru milioanele de turiști care îl vor uscat sau așteptând de la el să facă minuni la pat...

Da, pare foarte ciudat. îl investim pe fragilul căluț-de- mare cu puterea de a provoca plăcere în timpul raporturilor sexuale. Prin urmare, în fiecare an marea este prăduită de mii și milioane de exemplare... poate până la totala lor extincție? Și asta doar pentru că, în afara anatomiei lui armonioase, se spune că ar mai deține și formula magică a fericirii trupești într-un cuplu. Libido crescut, deci un soț fidel și o siluetă de vis etc.: eliminați mențiunea inutilă în funcție de religie, naționalitate sau așteptările cumpărătorului/cumpărătoarei, pe piețele asiatice oficiale... sau oriunde în altă parte a lumii. Fiindcă animăluțul ce se hrănește cu zooplancton și creveți minuscule ar trebui să împânzească tot litoralul francez, nu numai golful Mont-Saint-Michel, bazinul Arcachon sau șirul de lagune Étang de Thau...

Doar că iată, mai sunt prostia umană și poluarea, sonoră ori silențioasă, copleșitoare sau superficială, vizibilă sau invizibilă, pe care o produc oamenii cam peste tot pe Pământ. Rezultatul: există din ce în ce mai puține plante

submarine cu flori (a nu se confunda cu plantele primitive, așa cum sunt algele) –, care, chiar și scufundate în marea lor baie, riscă, la fel ca noi, pe coastele deja suprapopulate, să moară de cald ori să se „înece” sub macrodeșeuri ori sub norii denși și groși de substanțe toxice, hidrocarburi și altele, ce vor deveni niște depozite enorme, omorând fauna și flora. Și-atunci: adio, apă limpede! Nu vă gândiți neapărat la cea care vă curge în casă, de la robinet, ci la fundul mărilor și oceanelor și la resursele vegetale de aici, din ce în ce mai rare, la fel ca părul de pe capetele domnilor atinși de calvitie; deci, adio, iarbă-de-mare, în Canalul Mânecii și în Atlantic; adio, alge Posidonia, în Mediterană, plămânul ei verde, așa cum se spune. Adio, căluți-de-mare, dorade, ton, țestoase, rechini, delfini... Pe scurt, infernul pe pământ și în mare. Mereu același refren... într-o bună zi, nu vor mai exista mulți căluți-de-mare ori apă limpede decât în acvarii (publice), asta numai dacă angajații de aici și liber-profioniștii – tehnicieni și scafandri – vor mai fi capabili să efectueze zilnic lucrări de întreținere a conductelor (meseria aceasta seamănă cu cea de instalator), de îndepărtare a algelor invazive de pe pereții de sticlă, de îngrijire a vegetației ce trebuie să existe în bazine (grădinărit) și de hrănire regulată a locatarilor lor cu bucăți de carne pregătite în avans, pentru a evita astfel canibalismul în recifele acestor ecosisteme reconstruite de mâna omului. Doar așa, vizitatorii

mici si mari vor mai avea ocazia de a contempla uimiți acele momente de viață, situate între artificial și natural, ale căluțului-de-mare, aflat printre alți pești din respectivul muzeu acvatic, fără să fie nevoiți să poarte un echipament voluminos și greoi – combinezon, mănuși, mască, butelii de oxigen. În caz contrar, le va mai rămâne doar DVD-ul filmului american de animație produs de Pixar și lansat în 2003 de Walt Disney Pictures, *în căutarea lui Nemo...*

Grea, foarte grea viața în captivitate, dar chiar și așa că- luțul-de-mare rămâne în poziție verticală, permițându-le din când în când vizitatorilor să asiste la un spectacol neobișnuit: falsa naștere a zeci de pui în miniatură, ieșiți din pântecul masculului. La drept vorbind, acea explozie de viață, dintr-un singur foc, este de o frumusețe care te face să-ți dea lacrimile... în realitate, în mediul său natural, masculul se mulțumește să poarte într-un săculeț aflat pe abdomen, care seamănă cu un marsupiu, ouăle femelei, fertilizate de sperma sa, după întâlnirea cu aceasta (un act de reproducere ale cărui secrete biologiei încearcă încă să le deslușească), însă majoritatea căluților-de-mare în miniatură ajung să fie devorați cât ați zice pește. Pentru ei, viața este scurtă, foarte scurtă, chiar dacă încearcă să se agațe de „crengile” acestei păduri vegetale de pe fundul apei, care pentru ei se transformă imediat într-o junglă, luminoasă, dar atât de periculoasă, zbuciumată și pe verticală.

Mișcările de du-te-vino ale valurilor peste ierburile marine ar trebui să fie de ajuns pentru a le provoca rău de mare până și celor mai rapizi dintre acești nou-născuți: se moare din mai puțin de atât acolo jos... Acestea fiind spuse, a reuși să treci peste toate încercările pe care le presupune creșterea în poziție verticală asigură, cel puțin în teorie, la vârsta adultă, o rată de supraviețuire destul de „onorabilă”, măcar pentru călu- ții-de-mare care vor mai fi pe lume în anii ce vor urma. Ce prădător care îndrăznește să se aventureze în această pădure marină are chef să se obosească să deschidă gura mare ca un cuptor doar pentru a înghiți un slăbănog deloc apetisant, aflat în poziție verticală, care e numai piele și os? Asta în timp ce alții, masticabili și ei, ori de înghițit întregi, se plimbă „în poziție culcată”, grași, plini de grăsimi și proteine, undeva nu prea departe de câmpia submarină, o insulă a deli- ciilor, cu toată comoara ei de delicatese ce trebuie descoperite. Vorbim despre lumea tăcerii, unde aricii-de-mare, scoicile și crustaceele, peștii și cetaceele fac totuși ceva zgomot... asemenea bulelor de aer ale scafandrilor și elicelor vapoarelor! Cât despre submarine, mai lungi decât cașaloții pe cale să tragă un pui de somn pe verticală, cu capul în jos, dacă își folosesc torpilele ce explodează în adânc, oare nu asurzesc toți peștișorii și ceilalți monștri ai abisurilor marine? Și după aceea niciunora nu le mai pasă de poluarea sonoră...

Dar în legătură cu această problemă a

unghiului de înclinare, vitală în mediul lichid, noi, oamenii, aflați aici, pe uscat, înțelegem că mai avem multe de învățat. Plimbăreții de duminică sau de toată săptămâna ar trebui să reflecteze la asta în mod regulat, în special cântând clasicul: „Un kilometru pe jos face piciorul frumos.” Uitându-se la ceasul de la mână și având grijă să nu întârzie, sunt poate elevi, liceeni, angajați sau pensionari și chiar protestatari neobosiți, ce transpiră de bunăvoie pentru a se dezlănțui față de recente probleme ale încălzirii globale, alertându-i și pe ceilalți, aflați în trecere, în legătură cu această tragedie ce ucide fără discriminare. Ei, care cunosc indicatoarele drumurilor de țară sau ale celor din oraș, cu panourile de semnalizare sau pantele mai mult sau mai puțin abrupte ale cărărilor sălbatice din pădurile de la munte, merg înainte, în picioare, mândri, fericiți să plece la serviciu și apoi să se întoarcă acasă vii și în formă!

În timp ce bieții oameni spitalizați sunt condamnați să petreacă prea mult timp lungiți, uneori dispuși să meargă de bunăvoie la urgență, de unde, în mod normal, lumea de-abia așteaptă să scape. Dacă starea le-a fost evaluată ca nefiind deosebit de alarmantă, merg la medicul generalist. Nimeni nu-și dorește să rămână peste noapte la spital. Mai bine la hotel, în așternuturi frumoase, cu o panoramă grozavă, și seara, cu o masă pe măsură, dar nu la spital. Nefiind niciodată siguri 100% că „sejurul” vostru va fi

acoperit de asigurarea de sănătate pe care o aveți, nu mergeți la o unitate sanitară decât foarte rar pentru o simplă rinită alergică... Cu toții ne grăbim să ne întoarcem acasă după „o reparație” rapidă, dar fără riscul de a rămâne cu niște cicatrici oribile, fără incizii urâte, după „o refrigerare” corect folosită în cazul unei arsuri profunde cauzate de un accident casnic, ori după „o sudură” ori „o lipitură” splendidă realizată cu un burghiu, șuruburi sau doar cu ipsos.

Avem încredere în medici, care, cu nonșalanță, sunt ne-voți să fie și buni marochineri, climatologi, electricieni, mecanici sau zidari: ei reusesc să evalueze totul doar din ochi, în timp ce pacienții devin stresați auzindu-i pe ceilalți bolnavi gemând sau îngrămădindu-se de cealaltă parte a peretelui, a paravanului sau a perdelei separatoare. Dar, în ciuda tuturor acestor abilități, „răniții” sau „accidentații” rămân și o zi întreagă ori o noapte pe un pat aflat pe vreun culoar de spital, ca și cum ar fi pedepsiți, fără să se poată hotărî dacă să fugă acasă pentru a regăsi confortul propriului pat, lăsând la naiba *tete-ă-tete-ul* cu asistenta medicală...

Țintuiți în pat zile întregi precum astronautii în timpul unui antrenament pentru zborul în spațiu, foarte numeroșii ocupanți ai saloanelor unităților spitalicești sunt în general prezenți aici pentru probleme cu tranzitul toracic sau abdominal: alimente și lichide care trec greșit prin tubul digestiv (o problemă existentă doar până își fac,

într-un final, nevoile!) și prin căile urinare, aerul care circulă greu mai sus, în plămânii zdrobiți, ori chiar un bebeluș „blocat”, care nu mai vrea să se nască sau este scos cu mare dificultate din uterul mamei – până la urmă, fiind vorba despre aceleași necazuri... de tranzit! De ce să vă puneți creierul pe moațe pentru astfel de probleme care, în mod normal, nu se rezolvă cu mai multă seriozitate în interiorul unui spital decât în exterior. Este greu să vă declarați satisfăcuți că ați făcut „un caca frumos”, în condițiile în care aproape nici nu v-ați ridicat din pat, ați mâncat tot acolo, puși de personalul medical să țineți forțat un regim, stând în fața unui ecran mic de televizor și, cireașa de pe tort, totul pe banii voștri! Pe de altă parte, spitalul nu este un restaurant... Iată de ce sfârșim prin a avea dureri de fese, din cauza statului pe spate, în pat, prea mult timp: da, da, chestia se poate lăsa și cu escare, nu prea drăguțe la vedere, fără a mai aminti de riscurile de a contracta cine știe ce infecție nosocomială înainte de plecare.

În plus, acolo nu aveți niciun fel de intimitate, cu atâția asistenți și medici care intră și ies întruna, ca să nu mai vorbim despre mâncarea dificil de înghițit din cauza medicamentelor ce duc la pierderea apetitului, despre baia unde este foarte frig ori despre salonul prea încălzit, care nu prea vă invită să faceți „treaba mare”...

Lungiți, înainte de culcare, cei sănătoși pot să viseze frumos și să se trezească a doua zi fericiți, înainte de a-și face turele de mers pe jos și poate

de a munci apoi toată ziua așezați, în timp ce bolnavii pot avea impresia că agonizează de dimineața până seara, pironiți într-un pat de spital pe care speră să-l părăsească, tocmai pentru a ieși în aer liber și a merge puțin pe jos. Totul este relativ, dar astronautii care se antrenează constant cunosc foarte bine ambele posturi. Fără a mai aminti despre dificultatea de a sta lipiți de o saltea – nu contează de ce calitate – în spațiu... Nu sunteți as- tronauți? Nici căluțul-de-mare nu este, dar rămâne în apă în poziție verticală, ascuns într-un covor de iarbă-de-mare Posidonia. Ce echilibrist de clasă...

Căluțul-de-mare stă pe loc în poziție verticală. Se deplasează și mănâncă tot în această poziție! Sigur că pe uscat, noi, oamenii sănătoși, ființe gânditoare, bipede și aflate în mișcare, avem ceva specific unui căluț-de-mare. Acesta a știut să evolueze odată cu vremurile, modest, în mediul său marin, plin de alge și de frunze de iarbă Posidonia ce le plac broaștelor-țestoase cu solzi, cunoscute pentru excelentul lor GPS pe care îl au pe cap.

Chiar dacă nu-mi petrec viața scufundată în apă precum un căluț-de-mare, încerc totuși, pentru că e bine pentru sănătatea mea, să petrec mai mult timp în picioare decât întinzându-mă în pat...

Și nu uit că pentru a merge pe un teren plat am nevoie de o încălțăminte adecvată, la fel ca pentru a face o plimbare pe un drum în pantă sau a dansa - activități ce mă obligă să-mi forțez mai mult gambele (nu vreau să risc o fractură). Gândiți-vă la unghiul de înclinare al lui Michael Jackson din videoclipul piesei *Smooth Criminali* În fine, dacă vreau să mă simt bine fără să ajung să am o durere acută de spate atunci când stau în picioare și gătesc, investesc într-un mobilier (un blat de bucătărie, masă, scaune etc.) corespunzător înălțimii mele.



CU MUȘCHII SPATELUI DEZVOLTAȚI ASEMENEA CROCODILILOR

Cd/ uw

In apă, atunci când animalul nu plutește la suprafață, imobil și rigid asemenea unui trunchi de copac, undulările pe orizontală ale crocodilului – american, de Cuba, de Orinoco, de Nil, de Noua Guinee, de mlaștină sau de mare – sunt de înaltă clasă. Și totuși, monstrul cu piele și labe groase cântărește ceva... Reptilă acoperită cu solzi impermeabili, care îi permit anumite arcuiri ale corpului –, chiar dacă în mediul acvatic această suplețe se justifică mai ușor –, crocodilul are o coloană vertebrală și niste articulații extrem de mo

> > >

bile. În ciuda taliei sale impresionante, a mușchilor de la nivelul spatelui și al centurii abdominale, puternici și „elastici” în același timp, înoată cu o mare ușurință în râurile care curg lent și în zonele mlăștinoase pe care le colindă. Crocodilul marin face parte din familia reptilelor ce îndrăznesc să se aventureze literalmente în mare, rezistând perioade lungi în apa sărată (cu sare sau clorură de sodiu, NaCl), pe care epiderma sa o absoarbe și pe care rinichii lui trebuie să o gestioneze. Organe responsabile de filtrarea lichidelor în corpul acestui mare vertebrat, rinichii sunt asemănători, din punct de

vedere funcțional, cu plămâni, care filtrează aerul, și sunt atât de aproape de sol (la fel ca în cazul familiei de moluște bivalve, exceptând faptul că aceste scoici care filtrează apa mării sunt niște nevertebrate ce trăiesc, mănâncă și respiră în apă)...

Ei da, reptilele aproape lungite pe sol stau și în apă cu plăcere, dar păstrează o respirație aeriană. Urinează ca mamiferele terestre sau aproape la fel, pentru că oamenii pot face pipi din picioare, în poziție verticală sau așezați pe „tron”.

În plus, acest înotător magnific are pe limbă, precum verii lui, șerpilor marini, niște glande sărate, ce se ocupă cu îndepărtarea excesului de... sare. Obiectivul? Asemănător cu cel urmărit în cazul oamenilor: limitarea deshidratării (a pierderii de apă) și menținerea în organism a unui echilibru între mineralele folosite în doze rezonabile, precum sodiul (transmiterea impulsurilor nervoase, contracția musculară) și clorura (echilibru între cantitatea de apă din interiorul și exteriorul celulelor, reglarea pH-ului sangvin, producerea acidului clorhidric de către stomac etc.).

Testoasele marine care „beau” apă sărată din oceanele pe care le traversează au și ele, în interiorul foselor nazale, niște glande de osmoreglare – la fel ca iguana de Galápagos și păsările ce trăiesc la malul mării ori sunt adaptate climatelor extrem de uscate, ce impun pentru supraviețuire economisirea drastică a apei. Cât

despre rechini și pisi- cile-de-mare – cu pielea lor acoperită de denticuli, uneori cu un aspect mătăsos, dar abrazivi precum șmirghelul, și cu scheletul cartilaginos, adaptat vitezei cu care se deplasează sub apă aceste animale au glandele de sare la nivelul... rectului! Pe scurt, în legătură cu sistemul excretor pentru lichidele concentrate în săruri: vorbim despre fose nazale la reptile și păsări, despre „posterior” la peștii cu schelet cartilaginos și despre branhii la cei cu schelet osos... Iar în cazul vostru, doamnelor și domnilor, vorbim despre calculi renali, dacă mâncați, fumați și beți toate prostiile, fără să vă mișcați destul!

Chiar dacă o antilopă gnu poate să aibă ceva grăsime pe oase, crocodilul se hrănește, de obicei, cu o carne destul de săracă în grăsimi: crustacee, moluște, pești, păsări, antilope, zebre, bivoli, chiar pui de crocodil din alte cuiburi și, mai rar, cadavre în descompunere. La urma urmei, alimentația lui depinde și de apariția unor oportunități, dar și de cât îi este de foame... Acest animal înspăimântător, care nu prea ne trezește dorința de a ne apropia de el pentru a sta la palavre, poate înmagazina puțină energie solară fără însă a fi prea deranjat de acest lucru... De asemenea, poate merge într-un ritm lent, pentru ca apoi să accelereze, deoarece, fiind un carnivor inteligent și econom, știe să profite de ocazie, atunci când se ivește. Așa că se repede asupra prăzii, pe care o sfâșie în bucăți de la prima mușcătură, grație dinților lui frumoși și numeroși.

Nu are nevoie de dentist. Se des-
curcă foarte bine si fără el.

Lentoarea acestei reptile este întreruptă din când în când de bruște accelerări ale ritmului, atunci când pescuiește ori vânează, de ședințe de înot și de lungi perioade de recuperare pe pământ, care fac din crocodil un sportiv complet, cu o speranță de viață de aproape un secol!

Iată, mai pe scurt, ce vreau de fapt să vă spun: dacă aveți mușchii spatelui bine dezvoltati și niște mușchi abdominali pe cinste, o să vă meargă bine vouă, celor ce citiți această poveste despre reptile. Și cu o tensiune arterială clasică, de 12/8 sau 11/7, este perfect, chiar dacă nu pentru o minge de meci! Suferiți mult mai puțin de dureri de cap decât ceilalți, hipertensivi în permanență. Și, prin definiție, sunteți mai puțin nervoși și tensionați decât alții. E simplu, nu vă plac deloc eternele lor conflicte interioare, familiale etc. – si sunteți departe, foarte departe de veșnicele lor nemulțumiri, de problemele cu libidoul, de riscul de impotență ce afectează bărbații și, prin urmare, femeile, care nu mai sunt excitate, de afecțiunile pulmonare, de AVC-uri, de infarcturi etc. Ce noroc pe voi!

Medicii, personalul de la urgență, asistenții și pompierii se tem și ei, mai presus de orice, de problemele cauzate de hipertensiunea arterială. Acești oameni, stresați de meseria lor, tensionați ca niște corzi de arbaletă, umplu de bunăvoie saloanele spitalelor, până în punctul în care

aproape că provoacă un haos, „dând peste cap totul”, ar spune fără ocolișuri cei ce au nefericirea să lucreze acolo în perioadele-cheie ale anului.

Nu mai vorbim de țigări, care subțiază pereții vaselor sangvine – ce măcel pe dinăuntru! –, producând o inflamare continuă a arterelor, ce sfârșește prin reducerea nivelului de oxigen din sânge – dificultățile respiratorii arată că organele suferă de acest deficit –, tabacul fiind, așadar, un factor agravant al hipertensiunii, despre care ni se spune că e legată mai ales de o alimentație prea bogată în sare.

Prin urmare, dacă puneți prea multă sare în mâncare și nu sunteți pești, reptile ori sportivi, trebuie să înțelegeți că, în cazul în care la un fumător plămânii devin negri, la o persoană care mănâncă prea sărat rinichii se fac praf! Vezica, aflată mai jos în corp, este și ea afectată, iar miocardul (inima), împietrit și el de atâtea rele tratamente aplicate, se epuizează prea repede. Acesta nu este organul la care ne gândim doar atunci când avem nevoie de afecțiune ori cu care suferim din dragoste. Inima e și un mușchi aflat în poziție centrală în organism, care pompează sângele hrănitor și oxigenat spre periferie, spre țesuturile întregului corp, cu ajutorul vaselor sangvine... Nouă, oamenilor, ne mai trebuie multă minte ca să înțelegem cât de important este să ne întreținem inima, să o protejăm și să o menținem într-o stare bună pentru a îmbătrâni fericiți.

Prea multă presiune în lichidul roșu, mai mult

sau mai puțin vâscos, face ca inima, dar și celelalte organe să nu mai poată suporta încercarea la care sunt supuse. Rinichii pot fi și ei afectați, aceste filtre în formă de boabe de fasole gigant pe care ni se sugerează să le donăm pentru efectuarea unor transplanturi, evitându-se astfel atrocele și frecventele ședințe de dializă urmate de bieții bolnavi care au suferit de

>

J

blocarea sau extirparea unui rinichi... Stop lipsei de mișcare: faceți pe crocodilul unde vreți voi, în apă, la soare sau pe uscat, tonificați-vă spatele, umerii, brațele și toți mușchii abdominali, protejându-vă inima, aflată în cutia toracică, apoi rinichii și întregul tub digestiv, aflat puțin mai jos în corp.

Poate că uneori îmi este greu, dar încerc să rămân o persoană surâzătoare precum o reptilă, sigură pe sine, fericită și care se odihnește la soare, grațioasă, în apa mării sau în cea de la piscină, cu torsul musculos (chiar dacă nu se vede, crocodilul, în aparență atât de greoi, nu are nici el anatomia complexă a lui Rambo...). Bun, trebuie să mă antrenez - chiar dacă pentru asta este nevoie să îndur niște ședințe de abdomene, chinuitoare și dureroase — și să am mai frecvent raporturi sexuale. În doi, mai ales dacă suntem îndrăgostiți, este mult mai bine și mai ușor să fim sportivi!

BUNI SCUFUNDĂTORI CA DELFINII

*Pentru o albină sau un delfin fericirea
înseamnă a exista pur și simplu.*

Pentru om, a cunoaște și a se extazia.

Jacques-Yves Cousteau



Peștii osoși și cartilaginoși – pisicile-de-mare, rechinii – respiră și trăiesc în permanență în apă, deci atunci când oxigenul există acolo într-o cantitate suficientă pentru a le trece prin branhii (în caz contrar, exact ca în acvariu, ca în râurile secate din cauza încălzirii globale, ca în zonele moarte ale oceanelor al căror număr a crescut de patru ori față de mijlocul secolului XX, aceștia își pierd viața asfixiați).

Pe de altă parte, mamiferele marine au o respirație pulmonară (sau externă), asemenea crocodililor. Nu pot respira sub apă, așa cum se întâmplă cu peștii... Excepție fac și scafandrii, acești scufundători îmbrăcați în combinezoane de neopren și echipați cu butelii de aer comprimat, pe care le poartă pe spate, și cu regulatoare

(pentru scufundare). Doamnele să stea liniștite, e posibil să întâlniți și femei-scafandru în unele ape de pe glob, până la adâncimea de 30 sau chiar 45 de metri.

Este vorba despre femeile-scafandru, așa cum există și bărbați-moașă, în maternități, unde respirația este de altfel prima funcție fiziologică controlată la ființele umane: cea a mamei, înainte de naștere, care poate dura ore întregi la spital, înainte de venirea pe lume a bebelușului, precum și cea acestei atât de tinere ființe, nou-născutul, care tocmai își adaugă țipătul la cel al miliardelor de alte persoane venite pe lume înaintea sa. De altfel, acesta trebuie să se asigure foarte repede că are capacitatea de a suporta transferul respiratoriu atât de dificil din mediul protejat de unde iese (lichidul amniotic din uterul matern) spre „zborul” neapărat aerian, în brațele moașei, apoi, poate, în cele ale tatălui. Asta dacă nu cumva părintele leșină de fericire înainte sau după eveniment – ah! Nașterea și eliminarea sangvinolentă a placentei – în fața unui personal de îngrijire care poartă mască, dar moare de râs, după mai multe nașteri în lanț la care asistă. E adevărat că prea multă lume într-o cameră te face să simți de parcă îți lipsește oxigenul – la fel ca în acele zone din oceane în care apare hipoxia: așa că vă poate fugi repede pământul de sub picioare, chiar și dacă sunteți ditamai bărbații.

Pentru scafandru este și mai rău. Acesta

îndrăznește să plonjeze pe verticală, cu capul înainte, fără o altă rezervă de aer decât cea a capacității sale pulmonare și supunându-și corpul impresiei de comprimare din ce în ce mai acute, odată ce presiunea apei crește. Se spune că și un metru în plus sau în minus contează în această stare: plămânii și celelalte organe tubulare nu sunt compresibile la infinit, încât să puteți rămâne acolo. Asta doar dacă nu cumva v-ați antrenat în mod regulat și ați reușit să vă fixați niște limite mai mult decât rezonabile. Acestea fiind spuse, este posibil ca în timpul scufundării să și muriți cu regulatorul de presiune în gură, respirând ușor cu ajutorul buteliei de oxigen, chiar și la o adâncime de 10 m, în apa limpede, din cauza unui nefericit amestec gazos. Să fie de vină blestematul de centru de scufundări ori poluarea apei? Noi, mamiferele terestre, nu trebuie să ne scufundăm niciodată neînsotite! Chiar dacă

>

cele marine o fac cu o mare ușurință... Anatomia și fiziologia cetaceelor cu dinți și cu fanoane s-au adaptat constrângerilor impuse de ecosistemele costiere și oceanice. Este vorba, în primul rând, despre căile respiratorii ale acestor mamifere acvatice: gura și mai ales „nasul”, devenit un orificiu (situat în partea superioară a capului și denumit „event”), compus dintr-o singură nară cu clapetă (sau cu o valvă) la delfini și din două nări la balene, care le permite să respire aer la suprafață, ca apoi să se scufunde în apă asemenea submarinelor! Poluarea sonoră din adâncuri

poate, de altfel, să perturbe auzul și receptarea sunetelor de către cetaceele cu dinți sau odontocete (marsuini, delfini, orca, belugi, narvali, balene-pilot cu înotătoare lungi, cașaloți), care comunică sau vânează cu ajutorul ultrasunetelor, printr-o tehnică numită „ecolocație”. Balenele din subordnul Mysticeti, cetacee cu fanoane, sunt mai puțin afectate de acest tip de poluare a oceanelor, invizibilă pentru noi, fiindcă ele se hrănesc cu plancton, intrând în banc, cu „furnalul” lor larg deschis, în maniera marilor rechini-pelerini din Marea Mediterană...

Dar să fim cinstiți, majoritatea pământenilor nu au niciun chef să se gândească la problemele ce privesc urechile, cântecul, comunicarea și regimul alimentar ale cetaceelor. De ce? Pentru că își aduc aminte de imaginile terifiante din *Titanic* – filmul care a fost recompensat cu 11 premii Oscar (din cele 14 nominalizări), regizat de James Cameron, apărut în cinematografe în 1997 cunoscând povestea reală care încă îi bântuie, poate la nivel inconștient, un secol mai târziu. În jur de 700 de persoane au supraviețuit acelui naufragiu grație rezistenței lor la frig și poate calității hainelor pe care le purtau, vâslașilor din bărcile de salvare și intervenției paramedicilor de pe un alt pachet transatlantic britanic, lung de 170 de metri: Carpathia, torpilat, ani mai târziu, în Primul Război Mondial, pe 17 iulie 1918... în mijlocul acelei terori și al panicii, toți ceilalți mor, zgribuliți în vestele lor de salvare sau înecați fără

ele și probabil devorați destul de rapid de fiare mult mai îngrozitoare decât cea din *Fălci*, filmul lui Steven Spielberg din 1975.

Apa sărată din mări și oceane, la fel ca mirosul de clor din piscinele locale, continuă să-i înspăimânte pe oameni... Și asta nu ar trebui să se îmbunătățească odată cu procesul de încălzire globală, care nu va cruța polii înghețați din Nordul și Sudul planetei noastre. Ne ia cu fiori numai imaginându-ne fiecare secol, fiecare deceniu, an, lună, zi, în care nivelul oceanelor crește, la fel ca cel al apei dulci, cu noi, atât de mulți și de grei în piscină! Cifrele citate sunt mai puțin importante, 2025, 2050, 2100, fiind în mod evident înspăimântătoare pentru cei care speră sau se presupune că vor fi încă în viață atunci: un bebeluș născut în 2018 va fi un voinic de 82 de ani în 2100... Probabil că generațiilor de 70-80 de ani din prezent nu le-a sărit în ochi imediat această problemă gravă. Și totuși, comandantul Cousteau începuse deja să tragă niște semnale de alarmă, regăsite ulterior în emisiunile sale emblematice și în cele care le-au călcat pe urme, precum *Ushuai'a* a lui Nicolas Hulot (pe TF1), *Thalassa* a lui George Pernoud (pe France 3) sau *Carnets de plongée* („Jurnalele scufundărilor”) a lui Francis Le Guen (pe France 5): o dovadă că generația *Marelui albastru*, regizat de Luc Besson (1988), s-a arătat mult mai sensibilă decât cea a părinților față de problemele legate de ecologie și de cele cauzate de o proastă gestionare a apei pe planeta

albastră, ca și față de necesitatea de a ști să respirăm și să înotăm pentru a evita înecul, chiar și la suprafață...

Întotdeauna pare mai întunecat și copleșitor când coborâm în adâncuri, chiar dacă suntem îmbrăcați într-un combinezon pentru scufundări și dotați cu un echipament de calitate... Moartea ne dă târcoale nouă, pământenilor, atât de puțin antrenați pentru a face față condițiilor extreme, în fond, deșertul marin, unde e întuneric, dar și frig în permanență, nu are ca vizitatori decât rar niște creaturi gigantice ori, din contră, unele minuscule, dar întotdeauna cu o față monstruoasă. Poate și un rechin de talia unei balene -

mai rău decât marele alb. Și dacă megalodonul din epoca dinozaurilor și a reptilelor marine, precum și mozazaurul din *Jurassic World: Fallen Kingdom* („Lumea Jurassic. Regatul căzut”) trăiesc încă și se întrec cu vreun cașalot pentru a vâna calamarul uriaș al abisurilor? Acela aflat poate în competiție, în farfuriile voastre, cu inelele de calamar, sepiile și puii de caracatiță, gătiți à la provençale ori prăjiți! Imaginați-vă cum ar arăta plasele pescarilor...

Așadar, oamenii au dreptate să se teamă de apă! De altfel, aceștia se plâng chiar și de o simplă ploaie, în timp ce folosesc și abuzează de apa potabilă de la robinet și de la duș, în propria baie sau pe plajă, vara. Din răzbunare pentru latura ei criminală - canicula ne afectează pe toți

–, ajungem să dăm dovadă de lipsă de educație, de spirit civic și ecologic? încercați să înțelegeți cum și unde a dispărut bunul-simț, dacă am ajuns să facem atâta risipă de apă, care e din ce în ce mai puțină pe această bravă „planetă albastră” și a cărei filtrare este foarte costisitoare. Si nu încercați să

³ fugiți pe Marte, dacă vă e teamă de băi și de ⁵ dușuri – călătoria până acolo este mult prea scumpă și, în plus, veți pierde o grămadă de timp în spațiu –, investiți pur și simplu în vaporizatoare de apă (nu pentru plantele de apartament!). Nu uitați nici faptul că proteinele de keratină din părul vostru nu cer zilnic o șamponare. Asta dacă nu aveți norocul să locuiți într-un paradis terestru, unde aerul, apa și pământul nu sunt contaminate cu metale grele, pesticide și alte lichide industriale colorate – nu întotdeauna albe ca laptele –, căzute accidental în râul de lângă casa voastră... Scufundarea interzisă în acele ape, vă rog! Dar admirați-i măcar pe cheflii care de 1 ianuarie se aruncă goi în apele oceanului, la 15 °C, când „mediul lor intern” trebuie menținut la 37 °C, mai puțin în caz de febră și de făcut baie în jacuzzi – ca o cură termală pentru încetinirea îmbătrânirii și ameliorarea reumatismelor –, ori, în perioada caniculară, chiar în mare. Cam acid viitorul în mare, nu-i așa? Sau gras: la urma urmei, până la sfârșitul secolului ne-am putea topi precum globu-

rile de înghețată pe un cornet și doar cei mai dolofani dintre noi vor mai putea lăsa o urmă a trecerii lor, sub formă de „pete” de grăsime, mai dezgustătoare ca acelea de hidrocarburi, când se produce o maree neagră, ori de creme solare, în weekendurile din iulie-august...

Pe de altă parte, înecul este la noi ceva la ordinea zilei – și nu mă refer doar la saloanele de spital unde putem spune că oamenii se îneacă literalmente în paturile lor din cauza bolilor respiratorii ori a cancerului de care suferă, fiind sub tratament chimioterapeutic, și ai căror plămâni sfârșesc prin a se umple de apă.

La plajă și la piscină se întâmplă la fel: salvamarii ajung să fie depășiți de situație, riscând din ce în ce mai mult atunci când sar în ajutorul înotătorilor neexperimentați... Cât despre maștrii-înotători, cum pot ei supraveghea atâția indivizi, adunați în fiecare an în aceleași locuri și în aceleași perioade, majoritatea lor neștiind să-și folosească și să-și coordoneze propriile brațe și picioare? Bieții de ei, nu mai merg deloc pe jos. Rămân așezați în fotoliu toată ziua, ne-folosindu-și decât mâna dreaptă, ca să țină telefonul mobil și să butoneze diverse chestii cu degetul mare și cu arătătorul de la cealaltă mână! Ca urmare, ei nu mai au timp să înoate sau să se pregătească pentru un eventual șoc termic violent (diferența mare de temperatură dintre apă și aer, care duce și ea, în fiecare an, la decesul multor persoane), să stăpânească stilul craul, ce ar putea salva viața

multor bipezi aflați în situații de urgență, stilul spate, la care să apeleze în timpul megadezastrelor, când viața oamenilor atârână de un fir de păr, sau stilul bras, pentru a se putea întoarce ușor la mal, după ce au cunoscut adevărata plăcere a practicării înotului sportiv. Stilul de înot fluture, pe de altă parte, este interesant de privit în competiții, dar epuizant...

Iată că și pentru a plonja cu capul înainte trebuie să încercați să vă goliți plămânii de aer (sperând că nu vă vor fi sufocați de o grămadă de mizerii, precum gudronul din tutun, de exemplu) și să nu intrați în panică din cauza lipsei de oxigen provocate cu bună știință de creier, acest erou, dar nu chiar la toată lumea... Delfinii care au corpul în formă de torpilă și o piele netedă nu trebuie să se mai gândească atâta, ei care trăiesc în permanență în mediul marin. Nu au nevoie nici de cască de înot, pentru că nu au niciun fir de păr pe cap, pe când balenele au câteva, pe bot, niște dovezi ale existenței unor strămoși terestri îndepărtați...

Teoretic deci, dacă apele în care înoată nu sunt pline de reziduuri industriale toxice, produse de activitățile umane, aceste animale nu-și fac probleme nici în legătură cu pielea lor, nici cu respirația. Nefiind fumători (!), delfinii au plămâni eficienți, fiind atât niște buni înotători, cât și niște seu- fundători excepționali. Dacă vreun accident ori anumite boli le fac să-și piardă din autonomie,

până în punctul în care le sunt reduse libertatea de mișcare, adică capacitatea de a pluti, și respirația, aceste animale atât de inteligente – ce sunt capabile să se sinucidă în captivitate (unde le este distrus întregul mod de viață sălbatic), adică în condiții de stres puternic, tocmai pentru a scăpa de asfixiere, de soarta tristă pe care o au și care presupune ca în delfinarii să aibă contact cu alte exemplare aparținând aceluiași gen sau aceleiași specii – preferă probabil sinuciderea chiar și în libertate, asistate de prieteni ori de membri ai familiei, ca să-și curme suferința, dacă este nevoie. Sigur că mai rămân multe de aflat despre imersiunea, deplasarea și oprirea respirației în cazul delfinilor, tineri și maturi, bolnavi ori sănătoși, la fel ca în ceea ce îi privește pe oameni...

Corpul uman al unui adult conține 65% apă, dar asta nu înseamnă că noi, oamenii, trebuie să abuzăm de „aurul albastru”. Cu atât mai mult cu cât prepararea alimentelor în bucătărie și consumul de băuturi în timpul mesei adaugă „sarea și piperul” lor capacității de filtrare a rinichilor și de golire a vezicii urinare. Nimănui nu-i plac infecțiile urinare ori senzațiile de arsură simțite în zona pel- viană, nu întotdeauna legate de episoadele de încălzire globală...

Consum în fiecare săptămână pește și fructe de mare, chiar dacă doar pentru a-mi aminti de statutul meu de animal terestru, pe planeta albastră! Din fericire, am învățat să înot de foarte

devreme, dar și să stau cu capul sub apă, folosind în piscină ochelari de înot ori o mască de scufundare. Și apoi, gimnastica acvatică sau scufundările din vacanță contribuie la creșterea anduranței mele. Dar, ca să-mi măresc capacitatea pulmonară, nimic nu este mai bun ca mersul pe jos ori cu bicicleta, tenisul, schiul sau alergarea.

CU SPIRIT DE ECHIPA PRECUM GRAURII

*Devenind campioni mondiali,
am ajuns în lumina reflectoarelor.
Le mulțumesc jucătorilor mei.
Este meritul lor, mai presus de toate,
iar eu sunt foarte mândru
de echipa mea.*

Didier Deschamps



Aceste păsări cu pene negre au o greutate
situată între

60 și 95 de grame – cifre calculate în zbor
pentru graurii ce își desfășoară baletul de seară!

Doamne, dar oare ce mănâncă de sunt atât de numeroși și în același timp se deplasează ca unul singur, fără să se ciocnească în mod periculos? Creierul fiecărei păsări pare conectat la toți ceilalți grauri din stol, fără să-și piardă însă autonomia: au locul și rolul lor și mai ales se respectă reciproc. Există oare un dirijor care armonizează întregul? Nimeni nu este capabil să răspundă la această întrebare ușor metafizică. Într-o zi am putea afla mai multe dacă știința va demonstra că telepatia există nu doar în cazul oamenilor, ci, de ce nu, ea este un fenomen care are loc și între oameni și animale...

Știind că păsările sunt descendente ale dinozaurilor, este interesant de văzut ce anume ciugulesc ele pentru a ajunge să zboare împreună atât de repede și la perfecție - ceea ce presupune un consum semnificativ de energie individuală și colectivă. Ei bine, la lăsarea serii, graurii vânează insecte în familie și în grup! Ceea ce nu-i împiedică să aprecieze și alte nevertebrate terestre (păianjeni, viermi, larve de muște, artropode apărute pe plajă după reflux etc.), micile fructe precum cireșele, boabele de struguri sau măslinile și chiar să scotocească prin deșeurile umane pe care le găsesc la gropile de gunoi... Pe scurt, apreciază calorile de diverse origini (animală și vegetală), care le permit să-și păstreze coeziunea și simțul orientării. Întotdeauna este impresionant de observat

schimbarea direcției stolului, ce are loc aparent într-o fracțiune de secundă, fără nicio greșeală! Dacă vreți să vă faceți o idee în legătură cu această performanță, gândiți-vă la baletul aerian executat în fiecare vară de piloții celebrei Patrula a Franței. Înțelegeți că ar fi de preferat să mănânce cu toții același fel de mâncare, ca să se evite, de exemplu, apariția diareii la cineva, în plin zbor, o stare de deshidratare acută trecătoare, dar periculoasă, care ar putea nu numai să pună în primejdie realizarea unei acrobații planificate și obligatorii, ci, mai rău, să provoace un accident – o coliziune, urmată de o explozie, mortală, la acea viteză –, sub ochii îngroziți ai celor care asistă la show-ul aerian... Armonia și spiritul de echipă sunt cel puțin la fel de importante pentru grauri ca și pentru oameni, pe cer și pe pământ; tocmai de aceea putem fi atât de mândri de Albaștrii noștri,

francezii, pe care i-am susținut la Cupa Mondială din 2018 sau din 1998. Le mulțumim lui Didier Deschamps, echipei naționale de fotbal a Franței și carbohidraților (paste, pizza, orez, gofre?) pe care i-au ingerat împreună sportivii, la fiecare masă, pe toată durata competiției...

Nu este util să mă gândesc, în timpul oricăreia dintre acțiunile mele, la supraviețuirea speciei umane. Și totuși, la fiecare masă sau ieșire sportivă, e important să știu măcar puțin din ceea ce

îi interesează și îi pasionează pe ceilalți, pentru a păstra o anumită formă de spirit de echipă, ori chiar de competiție, și pentru a cultiva... un simț al umanității, cu alte cuvinte!

CU REACȚII-FULGER PRECUM GHEPARZII

*a/ nu sa scAimAa nimic/
t/vcAnlc/ sa sa scAimAa tabuA.*

Alain Delon

In documentarele care încearcă mereu să tragă un semnal de alarmă în legătură cu speciile de animale amenințate de poluare, cu reducerea numărului prăzilor acestora sau a plantelor preferate, dar și a teritoriului înghițit an de an de orașele aflate în expansiune, ghepardul este dat adesea ca exemplu. Poate pentru că aleargă atât de repede, încât se presupune că, asemenea unui supererou, ar putea împiedica dezastrul?

Fight-or-flight, conform teoriei: pe scurt, „luptă sau fugi”, când vine vorba despre supraviețuire... Rămâne de văzut dacă în societatea umană este înțelept ca un individ să se bată, când e de categoria pană, cu un altul mult mai puternic, capabil să-și desfigureze și să-și învingă adversarul cu un singur pumn. În acest caz, nu există o mie de soluții. Așa că fie fuge mâncând

pământul, fie este mult mai bogat, iar în lumea asta meschină în care trăim cu banii încă se poate cumpăra orice.

Fuge asemenea ghepardului, o fiară sublimă, cu ochii de culoare ocru și blană presărată cu pete negre unite, care este descrisă întotdeauna drept cel mai rapid mamifer terestru! Imaginile demonstrează rolul nebănuțit – atunci când stă liniștit în iarba înaltă a savanei – al cozii sale lungi în gestionarea cursei și a echilibrului, în momentul atacului. În cazul ghepardului, cea mai importantă este, totuși, viteza, care poate atinge 110 km/h, fiind cea la care voi rulați singuri, sau mai mulți, într-o mașină, pe o șosea (de viteză) sau pe autostradă... Ceea ce însă nu înseamnă că animalul poate alerga kilometri întregi cu o astfel de viteză, el fiind foarte performant doar pe distanțe scurte: un avantaj și în cazul vânătorii, și în cel al fugii, dacă se află în primejdie. În plus, el trebuie să știe să frâneze la timp în fața prăzii ori a pericolului și să-și tragă sufletul după un efort așa de intens: are nevoie de cel puțin un sfert de oră de odihnă, înainte de a putea alerga din nou.

Nu că ghepardul ar fi absolut lipsit de rezistență, ci doar că e suficient de inteligent încât să profite de ocazie atunci când este tentantă și la îndemână. Probabil că organismul lui este proiectat să consume multă energie dintr-odată, fără să o mai risipească pe parcursul zilei

sau de-a lungul unei perioade mai îndelungate. Ghepardul poate fi întâlnit în Africa Subsahariană, la sud de Sahara, în savană. Altădată, această felină, care are un corp adaptat pentru vânatoare, trăia și în Iran, și chiar în India... în prezent, ne gândim la ea din când în când, mai ales atunci când vedem haina sau geanta cu imprimeu leopard ce aparține unei femei drăguțe care trece pe lângă noi: dificil de spus dacă această viziune „urbană” ne tentează să ne punem bascheții pentru a face un sprint și, în final, să ne apucăm de sport, dar dacă da, cu atât mai bine!

De reținut că leopardul (sau pantera), un vânător solitar crepuscular sau nocturn, cu ochii de culoare verde-albăstrui, căruia îi place să se urce în copaci, mai răspândit decât vărul său, este prezent din Africa până în Asia de Sud-Est, nefiind la fel de rapid (60 km/h) și având o blană mai puțin deasă, asemenea jaguarului (50 km/h), ce trăiește în America Centrală și de Sud.

Chiar într-o lume aparent civilizată, încerc să-mi păstrez bunele reflexe, fiind o persoană atentă la mediul înconjurător și la schimbările pe care le înregistrează (culori, mirosuri, sunete etc.). Vigilența - nu numai în sălbăticie, unde prădătorii și stihiiile pot apărea sau se pot dezlănțui când te aștepti mai puțin — este o calitate ce trebuie cultivată la masă, dar și afară, în aer liber. în oraș sau în mașină, pe o șosea

aglomerată sau din contră, trebuie să știi uneori să accelerezi în momentul T, ca să supraviețuiești neprevăzutului ori pericolului pentru care, prin definiție și în ciuda semnelor de circulație, nu suntem pregătiți...

CALATORI CA RANDUNICILE

*cătăfayvuÂe/ el, a uuuhuvuea
a/ üivátal wwbite/. ^t&ùcùve/ a/
eăzttl wvuÛe/*

„Rândunica și vrăbiile”,
Jean de La Fontaine

Un titlu poetic al unui film franțuzesc, apărut în cinematografe în 2001, suna astfel: „*Une hirondelle a fait le printemps*” („Cu o rândunică s-a făcut primăvară.”)- Drăguț, iată, pentru cei care au prins vremurile acelea frumoase - când rândunicile veneau să-și facă cuib în pivnița casei, -, dar care în același timp au avut ghinionul să asiste la „lenta” dispariție a păsărelelor negre cu alb, cu capul roșu, dar nu neapărat și

zâmbitoare...

Pe vremuri, le așteptam cu nerăbdare pe aceste migratoare înaripate ce veneau din Africa în Europa, unde își găseau adăpost în grajduri, șuri, hambare sau pivnițe. Să auzi ciripitul unor adorabile păsărele, aliniat pe firele de curent electric și de telefonie, ce își povesteau, fără îndoială, ultimele bârfe din sat, era o plăcere greu de descris aici fără să folosesc sunete.

Și, în plus, nu era vorba decât despre niște discuții între adulți și tineri. Culmea plăcerii era - aprinzând din când în când lumina în faimoasa pivniță ori doar deschizând ușa de lemn a garajului pentru a lăsa să pătrundă câteva raze de soare - să ciulești urechea la gânguritul puilor de rândunică, ce păreau convinși că urmau să primească ceva de ciugulit. Da, dar ce? Lumea spunea că rândunicile, atât de fragile și de aerodinamice - o rândunică rustică ajunge să cântărească 18 g, iar drepneaua neagră, dublu -, făcuseră o călătorie extraordinară și totuși anuală, un ditamai zborul regulat, de 10.000 km, între Africa și Franța, fiind vorba în fiecare an de aceeași migrație, pentru a reveni într-un loc (care e tot cel vechi, de dinainte) unde să-și construiască un cuib nou... acasă la diverși oameni!

J

Da, dar iată că în anii 1980 nu ne făceam încă probleme în legătură cu folosirea intensivă în agricultură a insecticidelor și, cu atât mai puțin,

în privința unei așa-zise încălziri globale din viitor, în orice caz, cel puțin noi, oamenii. Dar animalele? Probabil că au simțit diferențele de temperatură, de umiditate, de presiune și de hrană disponibilă etc. Iar corpul acestor agile și suple animale cu pene era capabil să suporte adaptarea necesară traversării diferitelor țări, poate doar postind puțin uneori, chiar la acea greutate a lor!? Ce spirit de sacrificiu și ce viteză, când știm că părinții sunt capabili să facă 400 de zboruri dus-întors într-o zi pentru a aduce „recoltele vânătorii lor de insecte” puilor nerăbdători, dar înghesuiți la căldură, în cuibul lipit pe un perete, chiar sub streășină unei case. Cuibul era construit într-o săptămână din noroiul adunat din bălți și transportat sub formă de biluțe, dând astfel aspectul granulos al peretelui adăpostului, în formă de jumătate de cerc și consolidat cu ierburi uscate. Apoi, în aceste 200 și ceva de grame de pământ uscat, femela depunea ouă, însă eclozarea nu le dădea întotdeauna tuturor puilor o șansă la viață. Se întâmpla frecvent ca unii să fie găsiți morți, poate de frig: scena era de o mare tristețe, dar perpetuarea speciei presupune creșterea unor pui rezistenți, capabili ca într-o zi să călătorească și ei departe, urmând apoi să-și regăsească drumul înapoi...

Sigur, eu pot călători și de la mine de acasă - fiind chiar proprietara unei locuințe - cu bani pu-

țini, deschizând pur și simplu televizorul sau urmărind un videoclip de câteva minute pe YouTube, pe ecranul smartphone-ului meu... Dar adevărul este că nimic nu valorează mai mult ca plăcerea de a fi muncit din greu pentru a merita apoi să-ți oferi o călătorie adevărată — măcar o dată pe an (iar, ca să nu mai adăug și eu emisiile mele de gaz la efectul de seră, prefer să merg cu trenul, nu cu avionul), ca să cunoști și alte țări și după aceea să te întorci acasă, fiind o persoană mai independentă și mai informată în legătură cu lumea în care trăim.

RAPIZI CA IEPURII-DE-CAMP

*“YLu/ l/ieÂute/ niciodată/ să/ ne/
(mtcm/ pe/
de cei necăjiți: pentru că cine poate fi
sigur că va fi meiei fericit?
„Vulpea și veverița”,
Jean de La Fontaine*

Iubitorii de animale și de poezie, ca și nostalgicii după cursurile de morală de la școală, au cu siguranță, în biblioteca personală, un volum de fabule scrise de La Fontaine - o veritabilă biblie despre politețe, datorie, politică, educație civică (și fizică!), chiar și despre viața sălbatică, uneori o nebanuită oglindă a celei umane... Fără a mai vorbi despre valoarea de exercițiu intelectual pentru neuronii celor tineri și în vârstă deopotrivă și fără îndoială foarte util ca modalitate de prevenție în lupta împotriva maladiei Alzheimer, pe care o reprezintă memorarea acestor pasionante povești despre animale, ce vorbesc nu doar ca să nu spună nimic! Este nevoie doar de niște traducători buni pentru

a decipta mesajul puternic al fiecărei fabule.

Pe scurt, școlarii și adulții cunosc mai puțin (fabula) *Iepurele șipotârnichea*, „concetățeni pe un câmp”, pentru că povestea pare scrisă într-o franceză veche, pe alocuri greu de înțeles la prima, a doua sau chiar a treia lectură... La fel și textul tradus! Să nu uităm că este vorba despre o scriitură din secolul al XVII-lea. Ludovic al XIV-lea (1638-1715) e regele Franței, ajuns chel în mod brutal la vârsta de 20 de ani – se pare că din cauza unui tratament împotriva febrei tifoide –, și autorul lărgirii construcției incredibilului Palat Versailles...

Suntem în epoca monarhiei de drept divin, care va dispărea în 1789, odată cu Revoluția Franceză, cea în timpul căreia flămânzii *sans-culottes* și cu bonetă frigiană roșie, „purtând pantaloni” cu dungi albastre și albe, până la glezne, oameni proveniți din mediile sărace ale capitalei, se opuneau aristocraților în „*culottes*” până la genunchi și cu ciorapi (îndrăznesc să rezum scena cu puțin umor): de o parte, se află tipii cu bonete roșii și blugi, vorbind țărănește; de cealaltă parte, bărbații – și chiar femeile – cu părul ascuns sub peruci grele și scumpe, buclate și date cu pudră de orez).

Aceștia sunt fericiți și nefericiți, bogați și săraci, lenți și rapizi, nu numai din cauza costumației mai mult sau mai puțin adaptate situațiilor de tipul „luptă sau fugi”, ca în mai celebra fabulă și mai ușor de înțeles, cea cu

iepurele și țestoasa... încă mai consumăm carnea primului animal, marinată în vin roșu – rețeta tocăniței de iepure –, cu condiția ca vânătorii să nu fi fost prea beți în momentul când au ochit și au tras asupra acestui erbivor cu urechi foarte lungi, care știe să digere celuloza din lemn și care este considerat unul dintre cele mai rapide animale de pe planetă. Iepurele-de-câmp european (sau iepurele comun) poate alege cu mai mult de 70 km/h, fiind mai puțin rapid totuși decât carnivorul ghepard din Africa, a cărui viteză depășește 110 km/h, dar este mult mai agil decât orice broască-țestoasă, terestră sau marină! În apărarea acestor reptile dolofane, cu reputația de animale lente, ce cară în plus și o carapace grea, să ne amintim că sunt o specie de vietuitoare cu sânge rece și fără păr, dar apropiate ca familie de dinozauri, spre deosebire de mamiferele cu sânge cald, păroase, mă rog, în mod normal... Sunt niște reptile terestre cu o longevitate mai mare decât a mamiferelor...

Să ne aducem aminte, de asemenea, de ultima broască-țestoasă terestră care a bătut recordul în materie și care este o

J țestoasă-leopard din Africa (!), *Stigmochelys pardalis* în latină. Ea s-a deplasat cu o viteză-record de 1 km/h, potrivit înregistrării oficiale din *Guinness World Record*, parcurgând 5,48 m în 19,59 secunde. Cât despre țestoasa marină, o bună navigatoare, ea este la fel de dotată atât din punctul de vedere al orientării, ca și al abilității de a înota sau al

rezistenței - nu se dă înapoi să înoate sute de kilometri pentru a ajunge la plaja pe care s-a născut -, dar o face rareori la o viteză mai mare de 35 km/h, dacă nu cumva dă peste vreun curent marin puternic care îi accelerează cursa. Ceea ce explică, poate, proverbul „Nu folosește la nimic să fugi: trebuie doar să pleci la timp.”, cu condiția să știi unde vrei să ajungi și să te informezi asupra condițiilor meteo sau oceanice înainte de a porni la drum...

îmi păstrez mult timp motivația, chiar dacă nu în fiecare zi mă aflu în condiția fizică ideală. În același timp, soarele nu strălucește zilnic... În plus, mănânc și mă îmbrac cum trebuie și mă antrenez cu regularitate pentru a-mi atinge obiectivul fixat la o anumită dată.



CE TREBUIE SĂ REȚINEM DE LA PRIETENELE NOASTRE, ANIMALELE

Activități fizice și sport

- Fac multe exerciții fizice ca să-mi sporesc încrederea și stima de sine.
- În fiecare zi practic mersul pe jos sau pe bicicletă, tenisul ori schiul iarna, pentru a-mi crește capacitatea pulmonară.
- La fiecare masă ori întâlnire sportivă, mă interesez și de ceilalți, ca să-mi conserv spiritul de echipă și să-mi cultiv simțul umanitar.
- Chiar și într-o lume civilizată, îmi păstrez bunele reflexe, fiind o persoană atentă la mediul înconjurător și la schimbările prin care trece acesta.



MULȚUMIRI



Prima carte pe care am scris-o a apărut în anul 2008.

Se intitula *Explorations en terre animale* („Explorări în lumea animală”). Se pare că mai erau multe de spus în legătură cu descoperirea acestor teritorii populate cu faună sau lipsite de ea, de cele mai multe ori mai degrabă jefuite de diversitatea lor decât îmbogățite... în acea vreme, lucram într-un birou minuscule, iar câinele meu yorkshire terrier, o femelă adorabilă născută în 2007 – îndrăznesc să o numesc „fata mea” –, purtând dulcele nume de Canelle, mă încuraja deja și mă inspira să lupt mai mult pentru viitorul planetei.

De aproape ori de departe, de obicei îmi urmărește majoritatea acțiunilor și a gesturilor, așa cum eu, la rândul meu, o observ, adesea cu încântare, cum cercetează totul: florile, iarba, melcii și algele de pe plajă și chiar excrementele

semenilor ei ori mucerile de țigară și gunoaiele aruncate de oameni! Dar ea este prea mică pentru a le aduna și a le pune apoi în pubelă, însă suficient de mare pentru a se îmbolnăvi dacă poluanții lăsați la voia întâmplării sunt prea numeroși în aerul pe care îl respiră.

Încerc mereu să mă gândesc la asta și să mă încălț corespunzător, deoarece Canelle vede mai des picioarele mele și încălțările celorlalți decât capetele noastre. Din fericire sau nu, se întâlnește cu animale de talia ei care uneori o adulmecă, ceea ce nu întotdeauna îi face plăcere... Câinii nu sunt totuși bine-crescuți!

J >
Discretă, poate chiar prea înțeleaptă pentru vârsta pe care o are, mai mereu ținută de mine în lesă, ca să nu ne pierdem una de cealaltă când ieșim în lume, Canelle latră puțin, doar la „intrușii” ce îndrăznesc să se apropie prea mult de casa noastră. Este gardianul templului, un animal fidel ca în poeziile și poveștile despre legătura dintre om și câine.

Înainte de ea, am mai avut o astfel de relație cu un porcu-șor-de-Guineea, Poutchi, pe care l-am crescut 7 ani. Acesta m-a însoțit în călătoriile mele cu trenul și în anii studenției, supraviețuind chiar și atunci când m-am mutat din est în sud. Ce șoc termic totuși! Petite („Micuța”) este un peruş care ştie să spună câteva cuvinte drăguțe în franceză – da! – și care mă face să vreau, din când în când, să devin medic veterinar ori să mă

interesez mai îndeaproape de emisiunea *30 millions d'amis* („30 de milioane de prieteni”) și, de asemenea, de furnicile din grădină, de greieri, de păianjeni, de păsări, de pisicile maidaneze, de câinele vecinilor, Lassie, ceva între un ciobănesc german și un husky siberian. Un fel de lup, mai bine zis...

Apoi mai este vorba despre arici, veverițe, lebede, rațe, insecte, pajiști, mediul rural, pădure, munte, un fel de grădină mai mult sau mai puțin sălbatică în care am crescut, în prezent, după câteva călătorii în jurul lumii, am învățat multe lucruri despre oceane, din pasiune atât pentru lumea submarină, cât și pentru cea terestră, despre oameni (uneori fără să le vorbesc limba!), despre animale și plante, dar mi-am găsit timp să și apreciez ceea ce este bun în toate descoperirile pe care le-am făcut. Acum trăiesc aproape de Marea Mediterană, într-un oraș care are patru copaci pe cap de locuitor, pini în majoritatea lor – prin urmare, mai sunt și câteva veverițe prin ei, arici și păsărele, dar și omizi iritante procesionare, cicade și țânțari-tigru, printre altele... La malul mării, când turiștii nu au apucat încă să debarce formând niște turme înfometate și îmbrăcate sumar, sub soarele de pe plajele deteriorate, poți vedea uneori resturi fragile de arici-de-mare, scoici, crabi ori pești care ar putea hrăni pescărușii, dar nu și flamingii roz, alte păsări emblematice pentru iazurile sărate din regiune. Delfinii, balenele și rechinii (chiar dacă

nu îi vedem) sunt și ei acolo, important e să nu-i ignorăm... Pe scurt, trebuie să le mulțumesc tuturor acestor animale ce mă inspiră de atâta vreme și mai ales micii mele Canelle care, chiar dacă nu e prea interesată de lectură – totuși moare de plăcere să se lungească în fața unei secțiuni anume din biblioteca mea, mereu aceeași... –, mă vede adesea cu un pix ori un creion în mână. Trăiască hârtia, eu nu sunt încă un robot, dar stau foarte des în fața tastaturii computerului, pregătită să dau click cu mouse-ul, așa cum alții schimbă canalele pe ecranul televizorului lor gigant!

Așadar, îndrăznesc să cred despre Canelle că este interesată cu adevărat de meseria mea de scriitoare, și mai mult, că e atentă la ce fac. Un câine ce militează, la nivelul său, pentru cauza animalelor, alături de un om care face același lucru, cine știe? În fine, cum scrisul e uneori un exercițiu cerebral epuizant, trebuie să-mi odihnesc neuronii și să mă mișc mai mult. Este bine pentru inimă, brațe și important pentru cineva ce are nevoie de ambele mâini în munca sa... Trebuie să-i mulțumesc, deci, și celui care a fost antrenorul meu sportiv – are și el un câine! – pe tot parcursul scrierii acestei cărți, Olivier N., pentru că m-a îndemnat să merg mult, să alerg și chiar să transpir atunci când aveam nevoie să-mi încarc bateriile și să-mi golesc mintea de problemele exterioare, ca să mă concentrez mai bine asupra a ceea ce era esențial, scrisul...

în fine, vreau să adresez un mare mulțumesc întregii echipe de la Éditions de l'Opportun, mai precis lui Charlotte Sperber pentru revizia materialului acestei cărți și pentru încurajări, Ludmillei pentru corectură și editorului meu, Stéphane Chabenat.